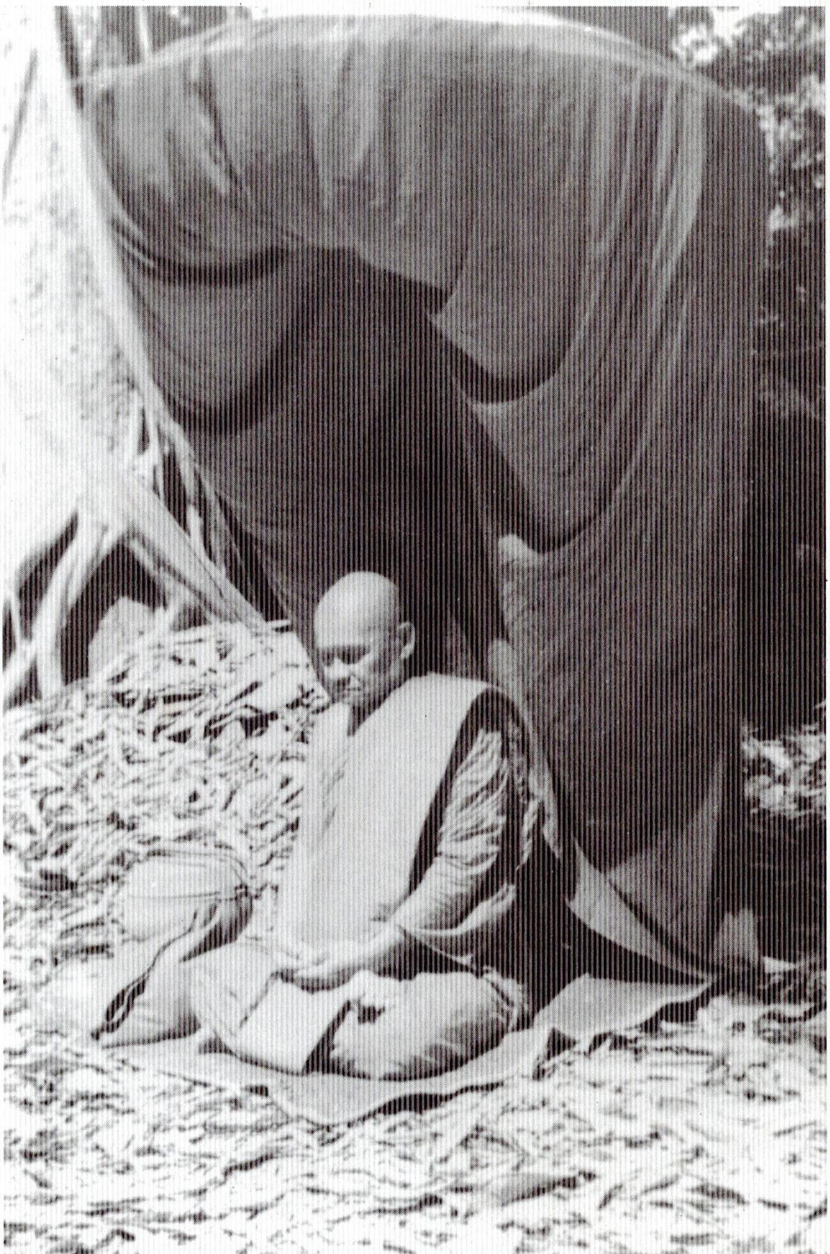
ศูนย์เผยแผ่มรดกธรรม
พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)
วัดหนองป่าพง

พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภทฺโท)

กุญแจภาวนา





พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

กุญแจภาวนา

พระโพธิญาณเถร (หลวงปู่ชา สุภทฺโท)

ธรรมบรรณาการ

จาก

....

มรดกธรรม ๕

พระโพธิญาณเถร (หลวงปู่ชา สุภทฺโท)

เรื่อง : กุญแจภาวนา

ISBN : ๙๗๔-๘๔๓๐-๔๕-๖

รหัสสีปก C๑๐๐M๗๐Y๓๐

ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการมรดกธรรมฯ

เมื่อวันที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๗

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง (ประธานกรรมการจัดการมรดกธรรมฯ)

ตำบลโนนผึ้ง อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี ๓๔๑๙๐

โทรศัพท์ ๐-๔๕๓๒-๒๗๒๙, ๐-๔๕๒๖-๗๕๖๓

โทรสาร ๐-๔๕๒๖-๗๕๖๓

พิมพ์ที่ :โรงพิมพ์ศิริธรรม ออฟเซ็ท ๑๑๔-๑๑๖ ถ.ชยางกูร อ.เมือง จ.อุบลราชธานี

โทรศัพท์ ๐-๔๕๒๕-๔๖๒๕, ๐-๔๕๒๕-๔๘๖๔ โทรสาร ๐-๔๕๒๕-๐๔๒๗

มรดกธรรม
พระโพธิญาณเถร (หลวงปู่ชา สุภทฺโท)

เล่มที่ ๕ "กุญแจภาวนา" เป็นหนังสือคำสอนของพระเดชพระคุณหลวงปู่ชา ที่ฝากไว้เป็นมรดกธรรม แก่เหล่าศิษยานุศิษย์ทั้งบรรพชิต และคฤหัสถ์ เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาปฏิบัติให้ถูกต้องตรงตามหลักที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสไว้

อนึ่ง มรดกธรรมในรูปแบบต่าง ๆ ที่พระเดชพระคุณหลวงปู่ฯ ฝากไว้ ไม่ว่าจะเป็นหนังสือ, เทปเสียง ตลอดทั้งในรูปแบบอื่น ๆ ล้วนแต่เป็นมรดกอันล้ำค่า นับวันจะผิดเพี้ยน ลบเลือนไป ยกเว้น **รูปหล่อ รูปเหรียญ หรือวัตถุมงคลต่าง ๆ อันเกี่ยวกับพระเดชพระคุณหลวงปู่ ที่ท่านไม่ยินดีให้จัดทำ**

คณะศิษย์จึงได้แต่งตั้งคณะกรรมการขึ้น เพื่อจัดการ ดูแล ตรวจสอบ ศาสน-สมบัติอันเป็นมรดกธรรมของพระเดชพระคุณหลวงปู่ชา ให้คงสภาพเหมือนเดิมเป็นไปตามเจตนารมณ์ขององค์ท่าน

อานิสงส์อันเกิดจากมรดกธรรมในมือท่านเล่มนี้ ขอถวายเป็นอาจริยบูชาแด่พระเดชพระคุณหลวงปู่ชา ตลอดทั้งผู้ที่ได้สัมผัส ขอจงประสพความสำเร็จเจริญรุ่งเรืองในพระสัทธรรมคำสอนขององค์พระบรมพุทธศาสดาตลอดไป ด้วยเทอญ

๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๗

พระวิสุทธิสังวรเถร

(พระวิสุทธิสังวรเถร)

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง

ประธานกรรมการจัดการมรดกธรรมพระโพธิญาณเถร (หลวงปู่ชา สุภทฺโท)

พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภทฺโท)

กุญแจภาวนา

กุญแจภาวนาเป็นโอวาทของ หลวงพ่อชา สุภทฺโท ได้ให้โอวาทเป็นพิเศษ เมื่อวันแรม ๑๕ ค่ำ เดือนยี่ ตรงกับวันที่ ๑๗ มกราคม พ.ศ. ๒๕๑๒ ซึ่งมีนายบุญทัน จันทประสาน เคยเป็นเปรียญมาก่อนแล้วมีความสนใจในการปฏิบัติ ได้ถือโอกาสขึ้นไปจากกรุงเทพฯ เพื่อไปฟังเทศน์ ฟังโอวาทและร่วมสมาทานศีลอุโบสถที่วัดหนองป่าพง

การศึกษาธรรมะในทางพระพุทธศาสนานั้น เราศึกษาไปเพื่อหาทางพ้นทุกข์ เพื่อความสงบสุขเป็นจุดสำคัญ จะศึกษาเรื่องรูป เรื่องนาม เรื่องจิต เรื่องเจตสิกก็ตาม เพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์เท่านั้นจึงจะถูกทาง มิใช่เพื่ออย่างอื่น เพราะทุกข์มันมีเหตุเกิดและมันมีที่ของมันอยู่แล้ว ฉะนั้นสิ่งเหล่านี้เราเข้าใจเสียว่า มันจะเป็นจิตก็ช่างมันเถอะ เมื่อมันนิ่งอยู่อย่างนี้คือปกติของมัน ถ้าว่ามันเคลื่อนปุ๊บก็เป็นสังขารแล้วมันจะเกิดยินดีก็เป็นสังขาร มันจะเกิดยินร้ายก็เป็นสังขาร มันอยากจะไปโน่นไปนี่ก็เป็นสังขาร ถ้าไม่รู้เท่าสังขารก็วิ่งตามมันไปเป็นไปตามมัน เมื่อจิตเคลื่อนเมื่อใดก็เป็นสมมติสังขารเมื่อนั้น ท่านจึงให้พิจารณาสังขารคือ จิตมันเคลื่อนไหวนั่น เมื่อมันเคลื่อนออกไปก็เป็น อนิจจัง ทุกขัง

อนัตตา ท่านให้พิจารณาอันนี้ ท่านจึงให้รับทราบสิ่งเหล่านี้ไว้ให้พิจารณาสังขารเหล่านี้ ปฏิจจสมุปบาทธรรมก็เหมือนกัน อวิชชาเป็นปัจจัยให้เกิดสังขาร สังขารเป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาณ วิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดนาม รูป เราเคยเล่าเรียนมา ศึกษามา ก็เป็นจริงคือ ท่านแยกเป็นส่วนๆ ไป เพื่อให้นักศึกษารู้ แต่เมื่อมันเกิดมาจริงๆ แล้ว ท่านมหานับไม่ทันหรอก ตกจากยอดไม้ก็ตุ๊บดินโน่นไม่รู้ว่ามันผ่านกิ่งไหนบ้าง นั่น...เมื่อถูกอารมณ์ปุ๊บขึ้นมา ถ้าชอบใจก็ถึงดีโน่น อันที่มันเกิดติดต่อกันเราไม่รู้ แต่มันไปตามนี้แหละ ตามที่ปริยัติรู้นั่นเอง แต่มันไปนอกปริยัติ มันไม่บอกว่า ตรงนี้เป็นอวิชชา ตรงนี้เป็นสังขาร ตรงนี้เป็นวิญญาณ ตรงนี้เป็นนามรูป มันไม่ได้ให้ท่านมหาอ่านอย่างนั้นหรอก เหมือนกับการตกจากต้นไม้นี้ ท่านพูดถึงขณะจิตอย่างเต็มที่ของมันจริงๆ อาตมาจึงมีหลักเทียบว่า เหมือนกับการตกจากต้นไม้ เมื่อมันพลาดตกจากต้นไม้ปุ๊บ มิได้คณนาว่ามันกี่นิ้วกี่ฟุต เห็นแต่มันตูมดินนี่เจ็บแล้วทางนี้นี่ก็เหมือนกัน เมื่อมันเป็นมาเห็นแต่ทุกข์ โสกะปริเทวะทุกข์เลยโน่น มันเกิดมาจากไหนมันไม่ได้อ่านอย่างนี้หรอกอันนั้นมันไม่มีปริยัติ ท่านคงเอาสิ่งละเอียดนี่ขึ้นมาพูด แต่ก็ผ่านไปทางเส้นเดียว แต่นักปริยัติเอาไม่ทัน ฉะนั้นท่านจึงให้ยืนตัวว่าอะไรที่มันเกิดขึ้นมาจากผู้รู้อันนี้ เมื่อผู้รู้รู้ตามเป็นจริงของจิตหรือเจตสิกเหล่านี้ จิตก็ไม่ใช่เรา สิ่งเหล่านี้มีแต่ของทิ้งทั้งหมด ไม่ควรเข้าไปยึดไปหมายมันทั้งนั้น ที่เราเรียกว่าจิตหรือเจตสิกนี้ มิใช่พระศาสดาให้เรียนเพื่อให้ติด ท่านให้รู้ว่าจิตหรือเจตสิกนี้เป็นอนิจจัง

ทุกขัง อนัตตา เท่านั้น มีแต่ท่านให้ปล่อยให้วางมัน เมื่อเกิดมาก็รับรู้ไว้ รับทราบไว้ ตัวจิตนี้เองมันถูกอบรมมาแล้ว

มันถูกให้พลิกออกจากตัวนี้ เกิดเป็นสังขารปรุงไปเลย มันก็เลยมาปรุงแต่งเรื่อยไป ทั้งดีทั้งชั่วทุกสิ่งทุกอย่างให้มันเป็นไป สิ่งทั้งหลายเหล่านี้พระศาสดาให้ละ แต่ต้องเรียนให้รู้ตัวอย่างนี้เสียก่อนจึงจะละได้ ตัวอย่างนี้เป็นตัวธรรมชาติอยู่อย่างนี้ จิตก็เป็นอย่างนี้ เจตสิกก็เป็นอย่างนี้ อย่างมรรค ปัญญาอันเป็นชอบเห็นชอบ แล้วก็ดำริชอบ เจรจาชอบ ทำการงานชอบ เลี้ยงชีวิตชอบเหล่านี้เป็นเรื่องของเจตสิกทั้งนั้น มันก็ออกจากผู้รู้นั่นเอง เหมือนกับตะเกียงเป็นตัวผู้รู้ ถ้ารู้ชอบดำริชอบ อย่างอื่นก็ชอบไปด้วยเหมือนกับแสงสว่างของตะเกียงนั่นเอง มันจะเป็นอย่างไรก็ชั่งมันมันเกิดจากผู้รู้อันนี้คือจิตนี้ไม่มี ผู้รู้ก็ไม่มีเช่นกัน มันอาการของพวกนี้ ฉะนั้นสิ่งเหล่านี้รวมแล้วเป็นนามหมด ท่านว่าจิตนี้ก็ชื่อว่าจิตมิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล มิใช่ตัว มิใช่ตน มิใช่เรา มิใช่เขา ธรรมนี้ก็สักว่าธรรม มิใช่ตัวตน เรา เขาไม่เป็นอะไร ท่านให้เอาที่ไหน เวทนาก็ดี สัญญาก็ดี สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ล้วนแต่เป็นขันธ์ห้าท่านให้วาง

ฉะนั้นสมถะนี้เหมือนกับไม้ท่อนเดียว วิปัสสนาอยู่ปลายท่อนทางนี้ สมถะอยู่ปลายท่อนทางนี้ ถ้าเรายกไม้ท่อนนี้ขึ้น ปลายท่อนไม้จะขึ้นข้างเดียวหรือทั้งสองข้าง ไม้ท่อนนี้ถ้ายกขึ้น ปลายทั้งสองก็ขึ้นด้วย อะไรจะเป็นตัววิปัสสนา อะไรจะเป็นตัวสมถะ ก็ตัวจิตนี่เองและเมื่อจิตสงบแล้วความสงบเบื้องแรกสงบด้วยสมถะ

คือสมาธิธรรม ทำให้จิตเป็นสมาธิมันก็สงบ ถ้าความสงบหายไปก็เกิดทุกข์ ทำไมอาการนี้จึงให้เกิดทุกข์ เพราะความสงบของสมถะเป็นตัวสมุทัยแน่นอน มันจึงเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เมื่อมีความสงบแล้วยังไม่จบ พระศาสดามองเห็นแล้วว่าไม่จบ ภพยังไม่สิ้น ชาติยังมีอยู่ พรหมจรรย์ไม่จบ มันไม่จบเพราะอะไร เพราะมันยังมีทุกข์อยู่ ท่านจึงเอาตัวสมถะตัวสงบนี่พิจารณาต่อไปอีก ค้นหาเหตุผลจนว่าท่านไม่ติดในความสงบ ความสงบก็เป็นสังขารอันหนึ่ง อันนี้ก็เป็นสมมติ เป็นบัญญัติอีก ติดอยู่นี่ก็ติดสมมติ ติดบัญญัติ เมื่อติดสมมติติดบัญญัติ ก็ติดภพชาติก็คือความดีใจกับความสงบนี่แหละ เมื่อหายความฟุ้งซ่านก็ติดมันอีกก็เป็นภพอีก ภพชาติ มันก็เกิดอยู่อย่างนี้ ทำไมเล่าพระพุทธเจ้าจึงจะไม่รู้ภพชาติเกิดขึ้นมา

ท่านจึงพิจารณา ภพ ชาติ มันเกิดเพราะอะไร เมื่อยังไม่รู้เท่าตามเป็นจริงสิ่งเหล่านี้ ท่านจึงทำจิตอันนี้พิจารณาไปอีก เอาเรื่องจิตสงบนี่ยกขึ้นมาพิจารณาสังขารที่มันเกิดขึ้นมา สงบหรือไม่สงบเข้าไปอีก พิจารณาเรื่อยไปจนได้เห็นว่าสิ่งเหล่านี้เหมือนก้อนเหล็กแดง ขันธ์ห้าเหมือนกับก้อนเหล็กแดง เมื่อมันแดงรอบแล้วไปจับตรงไหนมันจึงจะเย็นได้ มีที่เย็นไหม เอามือแตะข้างบนดูซิข้างล่างดูซิ แตะข้างโน้น ข้างนี้ดูซิ ตรงไหนมันจะเย็น เย็นไม่ได้เพราะก้อนเหล็กมันแดงโร่ไปหมด ขันธ์ห้านี้ก็ฉันนั้น ความสงบไปติดไม่ได้จะว่าความสงบเป็นเรา จะว่าเราเป็นความสงบไม่ได้ ถ้าเข้าใจ

ว่าความสงบเป็นเรา ว่าเราเป็นความสงบ ก็เป็นก้อนอัตตาอยู่นี่เอง ก้อนอัตตาก็เป็นตัวสมมติอยู่ จะนึกว่าเราสงบ เราฟุ้งซ่าน เราดี เราชั่ว เราสุข เราทุกข์ อันนี้ก็เป็นภพเป็นชาติอยู่อีก เป็นทุกข์อีก ถ้าสุขหายไปก็กลายเป็นทุกข์ ถ้าความทุกข์หายไปก็เป็นสุข ก็ต้องไปนรก ไปสวรรค์อยู่ไม่หยุดยั้ง พระศาสดาเห็นอาการจิตของท่านเป็นอย่างนี้ นี่แหละท่านว่า ภพยังอยู่ ชาติยังอยู่ พรหมจรรย์ไม่จบ ท่านจึงยกสังขารขึ้นพิจารณาตามธรรมชาติ เพราะมันมีปัจจัยอยู่นี่ มันมีเกิดอยู่นี่ตายอยู่นี่ มันมีอาการที่เคลื่อนไหวไปมาอยู่นี่ ท่านจึงมายกสิ่งนี้พิจารณาขึ้นไปให้รู้เท่าตามเป็นจริงของขันธ์ห้าจริง ๆ ทั้งรูปทั้งนามนี้เอง พูดง่าย ๆ ได้แก่จิต มันจะคิดไปทุกสิ่งทุกอย่างสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ล้วนเป็นสังขารทั้งหมด เมื่อรู้แล้วท่านให้วาง เมื่อรู้แล้วท่านให้ละ ให้รู้สิ่งเหล่านี้ตามเป็นจริง ถ้าไม่รู้ตามเป็นจริงมันก็ทุกข์ มันก็ไม่วางสิ่งเหล่านี้ได้ เมื่อรู้ตามเป็นจริงแล้ว สิ่งเหล่านี้ก็เป็นของหลอกลวง สมกับพระศาสดาตรัสว่าจิตนี้ไม่มีอะไร ไม่เกิดตามใคร ไม่ตายกับใคร จิตเป็นเสรี มันรุ่งโรจน์โชติการ ไม่มีเรื่องราวต่าง ๆ เข้าไปอยู่ในที่นั้น ก่อนจะมีเรื่องราวเพราะมันหลงสิ่งเหล่านี้ หลงสังขารนี่เอง หลงอัตตานี่เอง

ฉะนั้นพระศาสดาจึงให้มองดูจิตของเรา เบื้องแรกมันมีอะไร ไม่มีอะไรจริง ๆ สิ่งเหล่านี้มิได้เกิดด้วย มิได้ตายด้วย ถูกอารมณ์ดีมากระทบก็มิได้ดีด้วย ถูกอารมณ์ร้ายมากระทบก็มิได้ร้ายไปด้วย เพราะรู้ตัวมันรู้อย่างชัดเจนแล้ว รู้ว่าสภาวะเหล่านั้นไม่เป็นแก่นสาร

ท่านเห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ท่านให้รอบรู้ของท่านอยู่อย่างนั้น ตัวผู้รู้นี้รู้ตามเป็นจริง ผู้รู้มิได้ดีใจไปด้วย มิได้เสียใจไปด้วย อาการที่มันดีใจไปด้วยนั่นแหละเกิด อาการที่มันเสียใจไปด้วยนั่นแหละตาย ถ้ามันตายมันก็เกิด ถ้ามันเกิดมันก็ตายตัว มันเกิดตัวมันตายนี่แหละเป็นวัฏฏะเวียนว่ายตายเกิดอยู่ไม่หยุด เมื่อจิตผู้ปฏิบัติเป็นอยู่อย่างนั้น ไม่ต้องสงสัย ภพมีไหม ชาติมีไหม ไม่ต้องถามใคร อาการเหล่านี้ที่พระศาสดาพิจารณาสังขารเหล่านี้ จึงได้ปล่อยวางสังขารเหล่านี้วางขันธ์ห้าเหล่านี้ เป็นเพียงผู้รับทราบไว้เฉย ๆ มันจะดีขึ้นมา ท่านก็ไม่ดีกับมัน เป็นคนดูอยู่เฉย ๆ ถ้ามันร้ายขึ้นมา ท่านก็ไม่ร้ายกับมัน ทำไมจึงเป็นอย่างนั้น เพราะมันขาดจากปัจจัยแล้ว รู้ตามเป็นจริง ปัจจัยที่จะส่งเสริมให้เกิดไม่มี ตัวนี้ก็เป็นผู้รู้ยืนตัว ตัวนี้แหละเป็นตัวสงบ ตัวนี้เป็นตัวไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ตัวนี้มิใช่เหตุ มิใช่ผล ไม่อาศัยเหตุ ไม่อาศัยผล ไม่อาศัยปัจจัย หมดปัจจัย สิ้นปัจจัย นอกเกิดเหนือตาย นอกสุขเหนือทุกข์ นอกดีเหนือชั่ว หมดเรื่องจะพูด ไม่มีปัจจัยส่งเสริมมันแล้ว เรื่องที่เราพูดว่าจะติดในสิ่งเหล่านี้มันเป็นเรื่องจิตหรือเจตสิก ฉะนั้นเรื่องจิตหรือเรื่องเจตสิกนี้ก็เป็นเรื่องมีจริงอยู่เป็นจริงอย่างนั้น แต่พระศาสดาเห็นว่ารู้ไปก็ไม่เกิดประโยชน์ ถ้ารู้แล้วเชื่อสิ่งเหล่านั้นก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร หาความสงบไม่ได้ รู้แล้วท่านให้วางให้ละ ให้เลิก เพราะจิต เจตสิกนี่เองนำความผิดมาให้เรา นำความถูกมาให้เรา ถ้าเราฉลาดก็นำความถูกมาให้เรา ถ้าเราโง่ก็นำความผิดมาให้เรา เรื่องจิตหรือเจตสิกนี้มันเป็นโลก พระศาสดาก็

เอาเรื่องของโลกมาดูโลก เมื่อรู้โลกได้แล้วท่านจึงว่า โลกวิทู ผู้รู้แจ้งโลก เมื่อท่านมาดูสิ่งเหล่านี้จึงเป็นอย่างนี้ ฉะนั้นเรื่องสมถะหรือเรื่องวิปัสสนานี้ให้ทำให้เกิดในจิตเสีย ให้เกิดในจิตจริง ๆ จึงจะรู้จัก ถ้าไปเรียนตามแบบว่าเจตสิกเป็นอย่างนั้น ๆ จิตมันเป็นอย่างนั้น ๆ ก็เรียนได้ แต่ว่าจะระงับความโลภ ความโกรธ ความหลง เราไม่ได้ เพราะเรียนไปตามอาการของความโลภ ความโกรธ ความหลง ความโลภมีอาการอย่างนั้น ๆ ความโกรธ มีอาการอย่างนั้น ๆ ความหลงมีอาการอย่างนั้น ๆ ไปเล่าอาการของมันเท่านั้น ก็รู้ไปตามอาการ พูดไปตามอาการ รู้อยู่ ฉลาดอยู่ แต่ว่าเมื่อมันเกิดกับใจเราจะเป็นไปตามอาการหรือไม่ ถูกอารมณ์ไม่ชอบใจมา มันก็เกิดเป็นอาการขึ้นกับใจเรา เราติดมันไหม เราวางมันได้ไหม อาการที่ไม่ชอบใจนั้นมันเกิดขึ้นมา เรารู้แล้วผู้รู้เอาความไม่ชอบใจไว้ในใจหรือเปล่า หรือว่าเห็นแล้วมันวาง ถ้าเห็นสิ่งที่ไม่ชอบใจแล้วมันเอาไว้ในใจของเรานั้นให้เรียนใหม่ ยังไม่ใช่ ยังผิดอยู่ ยังไม่ยิ่ง ถ้ามันยิ่งแล้วมันวางให้ดูอย่างนี้ ดูจิตของเราจริงๆ มันจึงจะเป็นปัจจัตตัง ถ้าจะพูดไปตามอาการของจิต อาการของเจตสิกว่ามีเท่านั้นดวง เท่านี้ดวง อาตมาว่ามันยังน้อยเกินไป มันยังมีมาก ถ้าเราไปเรียนสิ่งเหล่านี้ให้มันรู้แจ้งแทงตลอดหมดนั้น ไม่แจ้งมันจะหมดอย่างไร มันไม่หมดหรอก หมดไม่เป็น ฉะนั้นเรื่องการปฏิบัตินี้จึงสำคัญมาก การปฏิบัติอาตมามิได้ปฏิบัติอย่างนั้น ไม่รู้ว่าจิตว่าเจตสิกอะไรหรอก ดูผู้รู้นี่แหละ ถ้ามันคิดชังท่านมหานี่มันทำไมจึงชัง ถ้ามันรักท่านมหามันทำไมจึงรัก อย่างนี้แหละจะเป็นจิต

หรือเจตสิกไม่รู้จี้มันเข้าตรงนี้ จึงแก้เรื่องที่มันรักมหาหรือหยุดชังมหานั่นให้หายออกจากใจได้ จะเป็นอะไรก็ตาม ถ้าทำจิตอาตมาให้หยุดรักมหาหรือหยุดชังมหาได้ จิตอาตมาพ้นจากทุกข์แล้ว จะเป็นอะไรชั่ง มันสบายแล้วไม่มีอะไรมันก็หยุดเอาอย่างนี้ จะพูดไปมาก ๆ ก็ชั่งเขามากก็ตาม มาก็จะมาอยู่ตรงนี้ และมันไม่มากไปไหน มันมากออกจากตรงนี้ น้อยก็น้อยออกจากตรงนี้ มันเกิดก็เกิดออกจากนี่มันดับก็ดับอยู่นี่ มันจะไปไหน ท่านจึงให้นามว่าผู้รู้อาการที่ผู้รู้รู้ตามเป็นจริงถ้ารู้ตามเป็นจริงแล้วมันก็คือรู้จิตหรือรู้เจตสิกนี่แหละ จิตหรือเจตสิกนี่มันหลอกลวงไม่หยุดสักที เราก็ไปเรียนอาการที่มันหลอกลวงนั่นเอง ทั้งเรียนเรื่องมันหลอกลวงทั้งถูกมันหลอกลวงเราอยู่นั่นเอง จะว่าอย่างไรกันทั้ง ๆ ที่รู้จักกัน มันก็ลวงทั้ง ๆ ที่รู้ มันเรื่องอย่างนี้คือ เรื่องเราไปรู้จักเพียงชื่อของมัน อาตมาว่าพระพุทธเจ้าไม่มีประสงค์อย่างนั้น ทรงประสงค์ว่าทำอย่างไรจึงจะออกจากสิ่งเหล่านี้ได้ ท่านให้ค้นหา เหตุสิ่งเหล่านี้ขึ้นไป ฉะนั้นอาตมาปฏิบัติไม่รู้จักมาก รู้จักเพียงว่าศีล....ศีลเป็นมรรค งามเบื้องต้นคือศีล งามท่ามกลางคือสมาธิ งามเบื้องปลายคือปัญญาสามอย่างนี้ดูไปมา สามอย่างก็เป็นอย่างเดียว เท่านั้น ถ้าแยกออกเป็น ๓ อย่าง ถ้าจะปฏิบัติศีลนี้ทำอย่างไร

การรักษาศีล ปัญญาต้องมาก่อน แต่เราพูดว่ารักษาศีลก่อนตั้งศีลก่อน ก่อนที่ศีลจะสมบูรณ์ มันจะสมบูรณ์อย่างไรนั้นจะต้องมีปัญญา ต้องค้นคิดกายของเรา วาจาของเรา พิจารณาหาเหตุผล

นี่ตัวปัญญาทั้งนั้น ก่อนที่จะตั้งศีลขึ้นได้ต้องอาศัยปัญญา เมื่อพูดตามปริยัติก็ว่า **ศีล สมาธิ ปัญญา** อาตมาพิจารณาแล้ว การปฏิบัตินี้ต้องปัญญามาก่อน มารู้เรื่องวาจาโทษมันจะเกิดขึ้นมาอย่างไร ปัญหานี้ต้องพิจารณาหาเหตุผล ควบคุมกายวาจานี้จึงจะบริสุทธิ์ได้ ถ้าเรารู้จักอาการของกาย วาจาที่สุจริต ทุจริตแล้ว ก็เห็นที่ปฏิบัติถ้าเห็นที่จะปฏิบัติแล้วก็ละสิ่งที่ชั่ว ประพฤติสิ่งที่ดี ละสิ่งที่ผิด ประพฤติสิ่งที่ถูก ถ้ามันละผิดให้ถูกแล้ว ใจก็แน่วแน่เข้าไปอาการที่ใจแน่วแน่มั่นคงเป็นสมาธิ มิได้ลังเลสงสัยในกายวาจาของเรานี้เป็นสมาธิความตั้งใจมั่นแล้วตั้งใจมั่นแล้วเมื่อเกิดรูปขึ้นมาเมื่อเสียงเกิดขึ้นมาพิจารณามันแล้วยิ่งเป็นกำลังตอนที่สอง เมื่อ **รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ หรือรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์** อันนี้เกิดขึ้นมาบ่อย ๆ ได้พิจารณาบ่อย ๆ ด้วยอาการที่เราตั้งใจมิได้เผลอ จึงรู้อาการของสิ่งเหล่านี้มันเกิดตามเป็นจริงของมันเมื่อรู้เรื่อย ๆ ไปก็เกิดปัญญา เมื่อรู้ตามเป็นจริง ตามสภาวะของมัน สัญญาหลุดเลยกลายเป็นตัวปัญญา จึงเป็น **ศีล สมาธิ ปัญญา** เลยรวมเป็นอันเดียวกัน ถ้าตัวนี้มีปัญญากล้าขึ้นมามันก็อบรมสมาธิให้มั่นขึ้นไป เมื่อสมาธิมั่นขึ้นไป ศีลก็มั่นก็สมบูรณ์ขึ้นไป เมื่อศีลสมบูรณ์ขึ้นไป สมาธิก็กล้าขึ้นไป เมื่อสมาธิกล้าขึ้นไปปัญญาก็กล้าขึ้นไป สามอย่างนี้เป็นไวพจน์ซึ่งกันและกันสมกับพระศาสดาตรัสว่า มรรคมันเป็นหนทาง เมื่อสามอย่างนี้กล้าขึ้นมาเป็นมรรค ศีลก็ยิ่ง สมาธิก็ยิ่ง ปัญญาก็ยิ่ง มรรคนี้แหละจะฆ่ากิเลส โลภเกิดขึ้น โกรธเกิดขึ้น หลงเกิดขึ้น มีมรรคเท่านั้นที่จะเป็นผู้ฆ่าได้

ข้อปฏิบัติอยู่เดี๋ยวนี้ คือ ที่ท่านว่าทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค นี่มรรค ศีล สมาธิ ปัญญา นี้คือข้อปฏิบัติอยู่ใน คำว่า ศีล สมาธิ ปัญญา ที่มันเป็นอยู่นี้ ที่มันมีให้ดูนี้ มิใช่ว่ามันอยู่ที่นี่ จิตมันอยู่อย่างนั้นต่างหาก ทั้งศีล ทั้งสมาธิ ทั้งปัญญาเป็นอยู่อย่างนั้น มันหมุนอยู่ตลอดกาล ตลอดเวลา อาศัยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ อะไรเกิดขึ้นมา มรรคอันนี้มันครอบงำอยู่เสมอ ถ้ามรรคอันนี้ไม่กล้า กิเลสก็ครอบได้ ถ้ามรรคกล้า มรรคก็ฆ่ากิเลส ถ้ากิเลสกล้า มรรคอ่อน กิเลสก็ฆ่ามรรค ฆ่าใจเรานี่เอง ถ้าใจเรากล้าขึ้นมา **รูป เวทนา สัญญา สังขาร** เกิดขึ้นมา ไม่รู้เท่ามัน มันก็ฆ่า มรรคกับกิเลสมันเดินเคียงกันไปอย่างนี้ ผู้ปฏิบัติคือใจ จำเป็นจะต้องเถียงกันไปอย่างนี้ตลอดทาง คล้ายมีคนสองคนเถียงกัน แท้จริงมันเป็นมรรคกับกิเลสเท่านั้นเองที่มันเถียงกันอยู่ในใจของเรา มรรคมันมาคลุมเราให้พิจารณากล้าขึ้น เมื่อเราพิจารณาได้ มันก็แพ้เราเมื่อมันแข็งมาอีก ถ้าเราอ่อนเราก็หายไป คือมรรคหายไป กิเลสเกิดขึ้นแทน ย่อมต่อสู้กันอยู่อย่างนี้ จนกว่าจะมีฝ่ายชนะจึงจะจบเรื่องได้ถ้าพยายามตรงมรรคก็ฆ่ากิเลสอยู่เรื่อยไปผลที่สุด **ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค** ก็อยู่ในใจอย่างนี้ นั่นแหละคือเราได้ปฏิบัติอริยสัจจ์

ทุกข์มันจะเกิดขึ้นมาด้วยวิธีใด ทุกข์มันก็เกิดมาจากเหตุ คือ สมุทัยเป็นเหตุ “เหตุอะไร” คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ปัญญานี้อ่อน มรรคก็อ่อน เมื่อมรรคอ่อน กิเลสก็เข้าครอบได้เมื่อครอบได้ก็

เป็นตัวสมุทัย ทุกข์ก็เกิดขึ้นมาถ้าทุกข์เกิดขึ้นมาแล้ว ตัวที่จะดับสิ่งเหล่านี้ก็หายไปหมด อาการที่มรรคให้เกิดขึ้น คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ศีลยิ่งปัญญายิ่งนั่นก็คือ มรรคเดินอยู่เสมอ มันจะทำลายตัวสมุทัย คือ เหตุที่จะทำให้เกิดทุกข์ขึ้นมาได้อาการที่ทำให้ทุกข์เกิดมาได้นี้ ระหว่างทุกข์ที่เกิดไม่ได้ อันมรรคมันฆ่ากิเลสอยู่นี้ ในระหว่างกลางนี้ตรงจิตที่มันดับทุกข์ทำไมมันจึงดับทุกข์ได้ ศีล สมาธิ ปัญญายิ่ง คือ มรรคนี้ไม่หยุด อาตมาว่าปฏิบัติอย่างนี้ เรื่องจิต เรื่องเจตสิกไม่รู้ว่าไปอยู่ไหน มันมารวมอยู่นี่ ว่าแต่จิตมันพ้นสิ่งเหล่านี้ก็แน่แล้ว มันจะไปทางไหน ไม่ต้องไปไล่มันมาก ต้นกะบกต้นนี้ใบมันเป็นอย่างไร หยิบมาดูใบเดียวเท่านั้นก็เข้าใจได้แล้ว มันมีสักหมื่นใบก็ชั่งมัน ใบกะบกมันเป็นอย่างนี้ ดูใบเดียวเท่านี้แหละใบอื่นก็เหมือนกันหมด ถ้าจะดูลำต้นกะบกต้นอื่นดูต้นเดียวก็จะรู้ได้หมด ดูต้นเดียวเท่านี้แหละต้นอื่นก็เหมือนกันอีกเช่นกัน ถึงมันจะมีแสนต้นก็ตามอาตมาดูเข้าใจต้นเดียวนั่นก็พอแล้วอาตมาคิดว่าพระพุทธเจ้าท่านสอนอย่างนี้ ศีลก็ดี สมาธิก็ดี ปัญญาก็ดี สิ่งทั้งสามประการนี้ท่านเรียกว่ามรรค อันมรรคนี้ยังมิใช่ศาสนาอีกซ้ำยังไม่ใช่สิ่งที่พระศาสดาต้องการอย่างแท้จริงเลย แต่ก็ยังเป็นหนทางที่จะดำเนินเข้าไปเหมือนกับท่านมหาที่มาจากกรุงเทพฯ จะมาวัดป่าพง ท่านมหาคงไม่ต้องการหนทาง ต้องการถึงวัดต่างหาก แต่หนทางเป็นสิ่งจำเป็นแก่ท่านมหาที่จะต้องมา ฉะนั้นถนนที่ท่านมหามานั้นมันไม่ใช่วัด มันเป็นเพียงถนนมาวัดเท่านั้นมันไม่ใช่วัด มันถนนต่างหาก แต่จำเป็นต้องมาตามถนน มันจึงจะมาถึงวัดได้

ถนนออกจากกรุงเทพฯ มาจนถึงบ้านก่อนี้มีแต่ถนนทั้งหมดยังไม่ใช่วัด มันเป็นเพียงถนนเท่านั้น ศีลก็ดี สมาธิก็ดี ปัญญาก็ดี ถ้าจะพูดอย่างหนึ่ง นอกศาสนาอีกซ้ำแต่ก็เป็นถนนเข้าไปถึงศาสนา เมื่อทำศีลให้ยิ่ง ทำสมาธิให้ยิ่ง ปัญญาให้ยิ่งแล้วผลก็เกิดขึ้นมาสงบ นั่นเป็นจุดของมัน เมื่อสงบปั๊บถึงเสียงมันมาไม่มีอะไร ทั้งหมดไม่มีอะไรจะทำเมื่อถึงความสงบแล้วอันนี้ ฉะนั้นพระศาสดาจึงให้ละมันจะเป็นอะไรก็ไม่ต้องกังวลมันสิ่งเหล่านี้ อันนี้มันเป็นปัจจัตตังแล้วจริง ๆ มิได้เชื่อใครอีก ฉะนั้นหลักของพระพุทธ-ศาสนามิได้มีอะไร ไม่มีฤทธิ์ ไม่มีปาฏิหาริย์ อันอื่นทั้งหลายทั้งปวงสิ่งเหล่านี้พระศาสดามิได้สรรเสริญหรอก แต่มันก็อาจทำได้เป็นได้สิ่งเหล่านี้มันเป็นโมหธรรม พระศาสดาไม่สรรเสริญ ท่านสรรเสริญผู้ที่ทำให้พ้นจากทุกข์ได้เท่านั้น แต่ว่าต้องอาศัยการปฏิบัติ อุปกรณ์เครื่องปฏิบัตินั้นได้แก่ทาน ศีล สมาธิ ปัญญา จะต้องฝึกหัดอย่างนี้อันนี้คือทางดำเนินเข้าไปเสียก่อน ก่อนจะถึงได้ต้องมีปัญญามาก่อนนี้เป็นมรรค มรรคแปดประการรวมแล้วได้แก่ ศีล ๑ สมาธิ ๑ ปัญญา ๑ ถ้ากิเลสหุ้มขึ้นมาก็เกิดไม่ได้ ถ้ามรรคกล้าก็ฆ่ากิเลส ถ้ากิเลสกล้าก็ฆ่ามรรค สองอย่างเท่านี้มันจะต่อกันไปตลอดปลายทางทีเดียว รบกันไปเรื่อยไม่มีหยุดไม่มีสิ้นสุด

ฉะนั้นเครื่องอุปกรณ์เหล่านี้ก็เป็นของลำบากอยู่ อาศัยความอดทน อาศัยความอดกลั้น อาศัยทำเอง ให้มันเกิดมาเอง เป็นเอง แต่ว่านักปริยัติชอบเป็นอย่างนี้ เช่น เวลานั่งสมาธิชอบเอาความ

สงสัยเข้าไปแล้ว ถ้าจิตสงบปั๊บอย่างนี้ เอ...มันเป็นปฐมฌานละกระมัง อย่า อย่าเอามาคิด พวกนี้มันไม่มีป้ายบอก มันคนละอย่างมันไม่มีป้ายบอกว่า "นี่ทางเข้าวัดหนองป่าพง" มิได้อ่านอย่างนั้นมันไม่บอก มีแต่พวกเกจิอาจารย์มาเขียนไว้ว่า ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน มาเขียนไว้ทางนอก ถ้าจิตเราเข้าไปสงบถึงนั้นแล้วไม่รู้จักหรอกรู้อยู่แต่มันไม่เหมือนปริยัติที่เราเรียน ถ้าผู้เรียนปริยัติแล้วชอบนำเข้าไปด้วยชอบนั่งคอยสังเกตว่า เอ..เป็นอย่างไร..มันเป็นปฐมฌานแล้วหรือยัง นี่มันถอนแล้วไม่ได้ความ ถอนออกหมด ทำไมมันจึงเป็นอย่างนั้น เพราะมันอยากนี่ ตัณหาเกิด มันอยากมันจะมีอะไร มันก็ถอนออกพร้อม นี่แหละเราทั้งหลายทิ้งหมดให้เอาจิตกับกายวาจาล้วน ๆ เข้าปฏิบัติดูอาการของจิตเลย อย่าแบกคัมภีร์เข้าไปด้วย ไม่มีคัมภีร์ในนั้น ขืนแบกเข้าไปเสียหมดไม่มีตามเป็นจริงในสิ่งเหล่านั้น

เพราะฉะนั้นผู้ที่เรียนมาก ๆ รู้มาก ๆ จึงไม่ค่อยสำเร็จ มันมาติดตรงนี้ ความเป็นจริงแล้วเรื่องจิตใจของเราอย่าไปวัดออกมาทางนอก มันจะสงบก็ให้มันสงบไป เมื่อมันสงบที่สุด มันมีอยู่ ปริยัติอาตมามันน้อย ในหนังสือประวัติเคยเล่าให้มหาอมรฟังเมื่อคราวอาตมาปฏิบัติในพรรษา ๓ นั้น มีความสงสัยอยู่ว่าสมาธิเป็นอย่างไรหนอ คิดหาไป นั่งสมาธิไป จิตยิ่งฟุ้ง ยิ่งคิดมาก เวลาไม่นั่งค่อยยังชั่ว แหม..มันยากจริง ๆ หนอ ยากก็ทำไม่หยุด ทำอยู่อย่างนั้นถ้าอยู่เฉย ๆ แล้วสบาย ถ้าตั้งใจว่าจะทำให้จิตเป็นหนึ่งยิ่งเอาใหญ่

เอมันยังไงกันทำไมจึงเป็นอย่างนี้ ต่อมาเลยคิดได้ว่า มันคงเหมือนลมหายใจเรานี้กระมังลมหายใจถ้าว่าจะตั้งให้มันหายใจน้อยหายใจใหญ่หรือให้มันพอดี ดูเหมือนยากมาก แต่เวลาเดินตามทางไม่รู้ว่าหายใจเข้าออกตอนไหน ในเวลานั้นดูเหมือน สบายแท้เลยรู้เรื่องว่า อ้อ อาจจะเป็นอย่างนั้นได้ เวลาเราเดินไปตามปกติมิได้กำหนดลมหายใจ เราเคยเป็นทุกข์ถึงลมหายใจไหม มีใครบ้างไม่เคย นี่มันสบายจริง ๆ ถ้าจะไปนั่งตั้งใจเอาให้มันสงบ มันก็เลยเป็นอุปาทานยึดใส่ ตั้งใส่ หายใจสั้น ๆ ยาว ๆ เลยไม่เป็นอันกำหนดมีทุกข์ยิ่งกว่านี่ มันเป็นเพราะอะไร? มันเป็นเพราะความตั้งใจของเรา อุปาทานเข้าไปยึดเลยไม่รู้เรื่อง มันลำบากเพราะเราเอาความอยากเข้าไปด้วย วันหนึ่งขณะที่เดินจงกรมอยู่ เวลาประมาณห้าทุ่มกว่ารู้สึกแปลก ๆ มันแปลกมาแต่ตอนกลางวันแล้วรู้สึกว่าไม่คิดมาก มีอาการสบาย เขามีงานอยู่ในบ้าน อยู่ห่างประมาณสิบเส้น ที่พักเป็นวัดป่า เมื่อเดินจงกรมเมื่อยแล้ว เลยมานั่งที่กระท่อมมีฝาแถบตองบังอยู่ เวลานั่งรู้สึกว่าคู้ขาเข้าจะไม่ทันจิตมันอยากสงบ คู้ขาเกือบไม่ทัน มันจะเป็นเองของมัน เอ๊ะ..ทำไมจึงเป็นอย่างนี้ พอนั่งจิตก็สงบจริง ๆ รู้สึกตัวหนักแน่น เสียงเขาร้องรำอยู่ในบ้านมิใช่ว่าจะไม่ได้ยิน ยังได้ยินอยู่แต่จะทำให้ไม่ได้ยินก็ได้ แปลกเหมือนกัน เมื่อไม่เอาใจใส่ก็เงียบไม่ได้ยิน จะให้ได้ยินก็ได้ ไม่รู้สึกรำคาญ ภายในจิตเหมือนวัตถุสองอย่างตั้งอยู่ไม่ติดกันดูจิตกับอารมณ์ตั้งอยู่คนละส่วน เหมือนกระโถน กับกาน้ำนี่ ก็

เลยเข้าใจว่า ถ้าไม่ใช่อย่างนี้มันจะเอายังไงอีก เรื่องจิตเป็นสมาธินี่ ถ้าน้อมไปก็ได้ยินเสียง ถ้าว่างก็เงียบ ถ้ามันมีเสียงขึ้นมาก็ดูตัวผู้รู้ ขาดกันคนละส่วนจึงพิจารณาอย่างนี้ว่า "ไม่ใช่อย่างนี้ มันจะใช่ตรงไหนอีก" มันเป็นอย่างนี้ มันไม่ติดกันเลย ได้พิจารณาอย่างนี้เรื่อย ๆ ก็เลยเข้าใจว่า อ้อ..อันนี้สำคัญเหมือนกัน เรียกว่า สันตติ ความสืบต่อขาด มันเลยเป็นสันติ แต่ก่อนมันเป็นสันตติ ทีนี้มันเลยกลายเป็นสติออกมา จึงนั่งทำความเพียรต่อไป จิตในขณะที่นั่งทำความเพียรคราวนั้นไม่ได้เอาใจใส่ในสิ่งอื่นเลย ถ้าเราจะหยุดทำเพียรก็หยุดได้ตามสบาย เมื่อเราจะหยุดทำเพียร เจ้าเกียจคร้านไหม เจ้าเหนื่อยไหม เจ้ารำคาญไหม เปล่า...ไม่มี ตอบไม่ได้ ของเหล่านี้ไม่มีในจิต มีแต่ความพอดีหมดทุกอย่างในนั้น

ถ้าเราจะหยุดก็หยุดเอาเฉย ๆ นี่แหละ ต่อมาเลยหยุดพัก หยุดแต่การนั่งเท่านั้น ใจเหมือนเก่ายังไม่หยุด พอดีเลยดึงเอาหมอนลูกหนึ่งมาวางไว้ ตั้งใจจะพักผ่อน พอเอนกายลงขณะนั้นจิตสงบอยู่อย่างเดิม พอศีรษะจะถึงหมอนอาการน้อมในใจมันมี ไม่รู้มันน้อมไปไหน แต่มันน้อมเข้าไป มันน้อมเข้าไปคล้ายกับมีสายไฟอันหนึ่งไปถูกสวิตซ์ไฟ เข้าไปดันกับสวิตซ์อันนั้น กายก็ระเบิดเสียงดังมาก ความรู้นั้นละเอียดที่สุดที่มีอยู่ พอมันพ่ายจุดตรงนั้นก็หลุดเข้าไปข้างในโน้น ไปอยู่ข้างในไม่มีอะไรแม้อะไร ๆ ทั้งปวงส่งเข้าไปไม่ได้ ส่งเข้าไปไม่ถึง ไม่มีอะไรเข้าไปถึง หยุดอยู่ข้างในสักพักหนึ่งก็ถอยออกมา คำว่าถอยออกมานี้ไม่ใช่ว่าเราจะให้มัน

ถอยออกมาหรอก เราเป็นเพียงผู้รู้เฉยๆ เราเป็นผู้รู้เท่านั้น อาการเหล่านี้เป็นออกมาๆ ก็มาถึงปกติจิตธรรมดา เมื่อเป็นปกติดังเดิมแล้ว คำถามก็มีขึ้นมาว่า นี่มันอะไร? คำตอบเกิดขึ้นว่า "สิ่งเหล่านี้ของเป็นเอง ไม่ต้องสงสัยมัน" พูดเท่านี้จิตมันก็ยอม เมื่อหยุดอยู่พักหนึ่งก็น้อมเข้าไปอีก เราไม่ได้น้อมมันน้อมเอง พอน้อมเข้าไปๆ ก็ไปถูกสวิตช์ไฟดังเก่า ครั้งที่สองนี้ร่างกายแตกละเอียดหมด หลุดเข้าไปข้างในอีกเงียบ... ยิ่งเก่งกว่าเก่า ไม่มีอะไรส่งเข้าไปถึง เข้าไปอยู่ตามปรารถนาถึงเวลาพอสมควรแล้วก็ถอยออกมาตามสภาวะของมัน ในเวลานั้นมันเป็นอัตโนมัติ มิได้แต่งว่าแกจงเป็นอย่างนั้น แกจงเป็นอย่างนี้ แกจงออกอย่างนี้ แกจงเข้าอย่างนั้นไม่มี เราเป็นเพียงผู้ทำความรู้ดูอยู่เฉยๆ มันก็ถอยออกมาถึงปกติมิได้สงสัยแล้วก็นั่งพิจารณาน้อมเข้าไปอีก ครั้งที่สามนี้โลกแตกละเอียดหมดทั้งพื้นปฐพี แผ่นหญ้า ต้นไม้ ภูเขา โลกาเป็นอากาศธาตุหมด ไม่มีคน หมดไปเลย ตอนสุดท้ายนี้ไม่มีอะไร เมื่อเข้าไปอยู่ตามปรารถนาของมันไม่รู้ว่ามันอยู่อย่างไร ดูยากพูดยากของสิ่งนี้ไม่มีอะไรมาเปรียบปานได้เลย นานที่สุดที่อยู่ในนั้น พอถึงกำหนดเวลาก็ถอนออกมา คำว่าถอนเราก็มิได้ถอนหรอก มันถอนของมันเอง เราเป็นผู้ดูเท่านั้น ก็เลยออกมาเป็นปกติ สามขณะนี้ใครจะเรียกมันว่าอะไร ใครรู้ เราจะเรียกอะไรเล่า ที่เล่ามานี้เรื่องจิตตามธรรมชาติ ทั้งนั้น อาตมามิได้กล่าวถึงจิต ถึงเจตสิกไม่ต้องอะไรทั้งนั้น มีศรัทธาทำเข้าไปจริงๆ เอาชีวิตเป็นเดิมพัน มัน

เป็นอย่างนี้ เมื่อวาระที่เป็นอย่างนี้เข้า เมื่อออกมาแล้วโลกนี้ แผ่นดินนี้มันพลิกไปหมด ความรู้ความเห็นมันแปลกไปหมด ทุกสิ่งทุกอย่าง ในระยะนั้นคนอื่นเห็นอาจจะว่าเราเป็นบ้าจริง ๆ ถ้าผู้ควบคุมสติไม่ดีอาจเป็นบ้าได้นะ เพราะมันไม่เหมือนเก่าสักอย่างเลยคนในโลกไม่เหมือนเก่า แต่มันก็เป็นเราผู้เดียวเท่านั้นแปลกไปหมดทุกอย่าง ทีนี้ความนึกคิดทั้งหลายทั้งปวงนั้นคนเขาคิดไปทางโน้น เขาขึ้นทางโน้น เราลงทางนี้ มันไม่ไปกับมนุษย์สักทีมันก็เป็นเรื่องของมันเรื่อย ๆ ไป ท่านมหา ลองไปทำดูเถอะ ถ้ามันเป็นอย่างนี้ ไม่ต้องไปดูไกลอะไรหรอก ดูจิตของเรามันจะต่อ ๆ ไป มันอาจหาญที่สุด อาจหาญมาก นี่คือเรื่องกำลังของจิต เรื่องกำลังของจิตมันเป็นขนาดนี้..

เป็นเรื่องกำลังของสมาธิ ขณะนี้ยังเป็นกำลังของสมาธิอยู่ ถ้าเป็นสมาธิขั้นนี้นะมันสุดของมันแล้ว มันไม่สะกด มันไม่เป็นนั้น มันสุดแล้ว ถ้าจะทำวิปัสสนา ทีนี้คล่องแคล่วแล้วจะใช้ในทางอื่นก็ได้ตั้งแต่บัดนี้ต่อไปจะใช้ฤทธิ์ จะใช้เดช จะใช้ปาฏิหาริย์ จะใช้อะไร ๆ อาจใช้ได้ทั้งนั้น นักพรตทั้งหลายเอาไปใช้ ใช้น้ำมนต์น้ำพร ใช้ทำตะกรุด คาถาได้หมดทั้งนั้น ถึงขั้นนี้แล้วมันไปของมันได้ มันก็ดีไปอย่างนั้นแหละ ดีเหมือนกับเหล้าดีกินแล้วก็เมา ดีไปอย่างนั้นใช้ไปได้ ตรงนี้แวะหนทาง พระศาสดาท่านแวะตรงนี้ นี่เป็นแท่นที่จะทำวิปัสสนาแล้วที่จะเอาไปพิจารณา ทีนี้สมาธิไม่ต้องเท่าไร ดูอาการภายนอกขึ้นมาเลย ดูเหตุผลพิจารณาเรื่อยไป ถ้ามัน

เป็นอย่างนี้เราเอาความสงบอันนี้มาพิจารณา รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ถ้ามันถูกอารมณ์ แม้จะดี จะชั่ว สุข ทุกข์ ทั้งหลายทั้งปวง มันจะเหมือนกับคนขึ้นต้นมะม่วงแล้วเขย่าลูกหล่นลงมา เราอยู่ใต้ต้นมะม่วงคอยเก็บเอา ลูกไหนเน่าเราไม่เอา เอาแต่ลูกที่ดี ๆ ไม่เปลืองแรง เพราะไม่ได้ขึ้นต้นมะม่วง คอยเก็บอยู่ข้างล่างเท่านั้น ข้อนี้หมายความว่าอย่างไร อารมณ์ทั้งหลายทั้งปวงมาแล้วเอาความรู้มาให้เราหมด มิได้ไปปรุงแต่งมัน ลาภ ยศ นินทา สรรเสริญ สุข ทุกข์ มันมาเอง เรามีความสงบ มีปัญญา สนุกเฟ้น สนุกเลือกเอา ใครจะว่าดี ว่าชั่ว ว่าร้าย ว่าโน่น ว่านี่ สุขทุกข์ต่าง ๆ นานา เป็นต้น ล้วนแต่เป็นกำไรของเราหมด เพราะคนหนึ่งขึ้นเขย่าให้มะม่วงหล่นลงมา เราก็สนุกเก็บเอาไม่กลัว จะกลัวทำไม มีคนขึ้นเขย่าลงมาให้เรา ลาภก็ดี ยศก็ดี สรรเสริญ นินทา สุข ทุกข์ ทั้งหลายทั้งปวงเหล่านี้เปรียบเหมือนมะม่วงหล่นลงมาหาเรา เราเอาความสงบตัวนี้มาพิจารณาเก็บเอา เรารู้จักแล้วลูกไหนดี ลูกไหนเน่า เมื่อเราพิจารณาสิ่งเหล่านี้ออกมา อาการที่มันพิจารณาออกจากความสงบเหล่านี้แหละเรียกว่าปัญญา เป็นวิปัสสนาไม่ได้แต่งมันหรอก วิปัสสนานี้ถ้ามันมีปัญญามันเป็นของมันเองไม่ต้องไปตั้งชื่อมัน ถ้ามันรู้แจ้งน้อยก็เรียกว่า วิปัสสนาน้อย ถ้ารู้อีกขนาดหนึ่งก็เรียกว่าวิปัสสนากลาง ถ้ามันรู้ตามเป็นจริงก็เรียกว่าวิปัสสนาถึงที่สุด เรื่องวิปัสสนานี้อาตมาเลยเรียกว่าปัญญา การจะไปทำวิปัสสนา จะทำเอาเดี๋ยวนั้น ๆ ทำได้ยาก มันต้องเดินมาจากความสงบ เรื่องมันเป็นเองทั้งหมด ไม่ใช่เรื่องเราจะไปบังคับ

ฉะนั้น พระศาสดาจึงตรัสว่า เรื่องของเป็นเอง เมื่อเราทำไปถึงขั้นนี้แล้ว เราก็ปล่อยให้บุญวาสนาบารมีของเรา แต่การทำความเพียรเราไม่หยุด มันจะช้าหรือเร็วมันบังคับไม่ได้เหมือนปลูกต้นไม้ มันรู้จักของมัน มันอยากเร็วก็รู้ว่ามันหลง มันอยากช้าก็รู้ว่ามันหลง เกิดรูปขึ้นมาเหมือนต้นไม้ ปลูกพริกต้นนี้ขึ้นมาหน้าที่ของเราขุดหลุม ปลูก ให้น้ำ ให้ปุ๋ยมันเท่านั้น รักษาแมลงให้มันนี่เรื่องของเรา นี่เรื่องศรัทธาของเรา เรื่องต้นพริกมันจะโตก็เป็นเรื่องของมัน ไม่ใช่เรื่องของเรา จะไปดึงให้มันยืดขึ้นมาก็ไม่ได้ มันผิดเรื่องมัน แต่เราต้องให้น้ำมัน เอาปุ๋ยใส่ให้มัน ถ้าเราปฏิบัติอย่างนี้ก็จะสบาย มันถึงชาตินี้ก็ชั่ง ถึงชาติหน้าก็ตาม ข้ามีศรัทธาแล้วอย่างนี้ มีความรู้สึกแน่นอนแล้วอย่างนี้ มันจะเร็วหรือช้าเป็นเรื่องของบุญวาสนาบารมีของเรา ทีนี้ก็รู้สึกสบาย เวลาขับรถม้า ก็มิได้เอารถไปก่อนม้า แต่ก่อนมันเอารถไปก่อนม้า ถ้าไถนาก็เดินก่อนควาย หมายความว่าใจมันเร็วมาก ร้อนมากทีนี้ไม่เป็นอย่างนั้นไม่เดินก่อนต้องเดินตามหลังควาย ข้าเอาน้ำให้มันกินเอง ปุ๋ยให้มันกิน กินไปเถอะ มดปลวกมาข้าจะไล่ให้เจ้าเท่านั้นแหละ ต้นพริกต้นนี้มันก็จะงามขึ้นเอง เมื่อมันงามแล้ว เราจะบังคับว่าแกต้องเป็นดอกเดี่ยวนี้ ไม่ใช่เรื่องของเรา อย่าทำ มันเป็นทุกข์เปล่า ๆ มันจะเป็นของมันเอง เมื่อมันเป็นดอกแล้ว ให้แกเป็นเม็ดเดี่ยวนี้ อย่าเลย อย่าไปบังคับมัน ทุกข์จริงหนาทุกข์จริง ๆ ทีนี้เมื่อเรารู้อย่างนี้แล้ว เรารู้จักหน้าที่ของเราของเขา หน้าที่ของใครของมัน หน้าที่

อันนั้นก็เอาไว้นั้น หน้าที่ของเราก็เป็นของเรา จิตก็เลยรู้หน้าที่การงาน ถ้าจิตไม่รู้หน้าที่การงานมันจะไปบังคับต้นพริกให้มีผลในวันนั้นเอง ให้มันโตเป็นดอกเป็นผลขึ้นในวันนั้น นั่นล้วนแต่เป็นตัวสมุทัย เหตุให้ทุกข์เกิดขึ้นมาทั้งนั้น ถ้ามันรู้อย่างนี้คิดอย่างนี้ อ้อมันหลง อ้อมันผิดรู้อย่างนี้ เมื่อมันรู้ก็ปล่อยให้บุญ วาสนาบารมีต่อไป การกระทำก็ทำของเราไปไม่ต้องไปกลัว มันจะนานร้อยชาติพันชาติก็ช่าง มันจะตายไหนก็ตาม ก็ปฏิบัติสบาย ๆ นี่แหละจิตถ้าตกกระแสแล้วไม่กลับ ความชั่วนิดหน่อยนั้นพ้นแล้วโสตะท่านว่าจิตน้อมแล้วน้อมไปท่านจึงว่าพวกเหล่านี้จะมาสู่อบายอีกไม่ได้ มาตกนรกอีกไม่ได้ถูก จะตกได้อย่างไร จิตละบาปแล้ว เห็นโทษในบาปแล้วจะให้มาทำความชั่วทางกาย วาจา อีกนั้นทำไม่ได้ ถ้ามาทำบาปไม่ได้ ทำไมจึงจะไปสู่อบาย ทำไมจึงจะไปนรกได้ มันน้อมเข้าไปแล้ว เมื่อจิตน้อมเข้าไปมันก็รู้จักหน้าที่ รู้จักการงานรู้จักปฏิปทา รู้จักผ่อนหนักผ่อนเบา รู้จักกายของเรา รู้จักจิตของเรารูปเรา นามเราแล้ว สิ่งที่ควรละวาง ก็ละไป วางไปเรื่อย ๆ ไม่ต้องสงสัย

นี้เรื่องของอาตมาที่ได้ปฏิบัติมา ไม่ใช่ว่าจะไปทำให้มันละเอียดหลายสิ่ง หลายประการ เอาละเอียดอยู่ในนี้แหละ ถ้าเห็นรูปนี้มันชอบรูปนี้ เป็นเพราะอะไร ก็เอารูปนี้มาพิจารณาดูว่า เกสาคือผม โลมาคือขน นขาคือเล็บ ทันตาคือฟัน ตะโจคือหนังพระพุทธเจ้าให้เอาพวกนี้แหละมาพิจารณาย้ำเข้าไป แยกออก แจกออก เผามันออก ลอกมันออก ทำมันอยู่อย่างนี้ เอามันอยู่อย่าง

นี้แหละ มันไม่ใช่หรอกมันพวกเดียวกัน เช่น พระเณร เวลาเดินบิณฑบาต เห็นพระเห็นคนต้องกำหนดให้เป็นร่างผีตาย ซากผีตายเดินไปก่อนเรา เดินไปข้างหน้า เดินไปเปะๆ ปะๆ กำหนดให้มันเข้าทำเพียรอยู่อย่างนั้น เจริญอยู่อย่างนั้น เห็นผู้หญิงรุ่นๆ มันเกิดชอบขึ้นมา ก็กำหนดให้มันเป็นผี เป็นเปรต เป็นของเน่า ของเหม็นไปหมดทุกคน ไม่ให้เข้าใกล้ ให้มันเป็นอยู่ในใจของเรา มันไม่อยู่หรอกท่านเอ๋ย ถึงอย่างไรมันก็เป็นของเปื่อย ของเน่าให้เราเห็นแน่นอน พิจารณาให้มันแน่เถอะ ให้มันเป็นอยู่ในใจอย่างนี้แล้วไปทางไหนก็ไม่เสีย ให้ทำจริงๆ พอมองเห็นปุ๊บ ก็เท่ากับมองเห็นซากศพปั๊บ เห็นผู้หญิงก็ซากศพ เห็นผู้ชายก็ซากศพ ตัวเราเองก็เป็นซากศพเหมือนกัน เลยมีแต่ของอย่างนี้ด้วยกัน พยายามเจริญให้มันมากอีก บำเพ็ญให้มันมากอีกอยู่ในใจนี้ แหม...อาตมาว่ามันสนุกจริงๆ ถ้าเราทำ จะไปมัวอ่านแต่ตำราอยู่แล้ว อาตมาว่าอยากอยู่ต้องทำเอาจริงๆ กรรมฐานทำให้มีในเรานี้

การเรียนอภิธรรมนั่นก็ดีอยู่ แต่จะต้องไม่ติดตำรา มุ่งเพื่อรู้หาความจริงหาทางพ้นทุกข์จึงจะถูกทาง เช่น ในปัจจุบันมีการสอนการเรียนวิปัสสนาแบบต่างๆ หลายๆ อาจารย์ อาตมาว่า วิปัสสนานั่นทำไม่ได้ง่ายๆ จะไปทำเอาเลยไม่ได้ ถ้าไม่ดำเนินไปจากศีลลองดูก็ได้เรื่องศีล เรื่องสิกขาบทบัญญัตินี่ ถ้ากายวาจาไม่เรียบร้อยแล้วไปไม่รอด เพราะมันเป็นการข้ามมรรค บางคนพูดว่า สมถะไม่ต้องไปทำ ข้ามไปวิปัสสนาเลย คนมักง่ายหรอกที่พูดเช่นนั้น ศีล

ไม่ต้องเกี่ยวเขาพูด ก็การรักษาศีลนี่มันยากมิใช่เล่น ถ้าจะข้ามไปเลยมันก็สบายเท่านั้น ที่มันยากแล้วข้ามไป ใครๆ มันก็อยากข้าม มีพระรูปหนึ่งบอกว่าเป็นพระนักปฏิบัติ เมื่อมาขออยู่กับอาตมานั้นถามถึงระเบียบปฏิบัติ จึงอธิบายให้ฟังว่า เมื่อมาอยู่กับผมจะสะสมเงินทองและสิ่งของไม่ได้ผมถือตามวินัย แกเลยพูดว่า แกปฏิบัติไม่ยึดไม่หมายนี่ อาตมาบอกว่า ผมไม่ทราบกับท่าน แกเลยถามว่า ถ้าผมจะใช้เงินทอง แต่ไม่ยึดไม่หมายมันจะไปได้ไหม อาตมาตอบว่าได้ให้ท่านเอาเกลือมากินดูถ้าท่านไม่เค็มก็ไปได้ ท่านจะพูดเอาเฉยๆ ท่านขี้เกียจรักษาของจุกๆ จิกๆ นี่มันยาก ถ้าท่านเอาเกลือมากินเมื่อท่านไม่เค็มแล้ว ผมเชื่อไปได้ถ้ามันไม่เค็มจะเอามาให้กินสักกระทอ (เข่งเล็ก) ลองดู มันจะไม่เค็มจริงๆ หรือ เรื่องไม่ยึดไม่หมายนี่ ไม่ใช่เรื่องพูดเอา คาดคะเนเอาถ้าท่านพูดอย่างนี้อยู่กับผมไม่ได้ แกก็เลยลาไป

เรื่องศีล เรื่องธุดงควัตรต้องพยายามนะพวกเรา พวกญาติโยมก็เหมือนกันถึงปฏิบัติอยู่บ้าน พยายามให้มีศีลห้า กาย วาจาของเราพยายามให้มันเรียบร้อย พยายามดีๆ เถอะ ค่อยทำค่อยไป การทำสมถะนี่ อย่านึกว่า ไปทำครั้งหนึ่งสองครั้งแล้วมันไม่สงบก็หยุดเลย ยังไม่ถูก นานอยู่นะ ทำไมจึงนาน คิดดูสิ เราปล่อยมานี่กี่ปี เราไม่ได้ทำมัน มันว่าไปทางโน้นก็วิ่งตามมัน ทีนี้จะมาหยุดให้มันอยู่เท่านี้ เดือนสองเดือนจะให้มันนิ่ง มันก็ยังไม่พอ คิดดูเถิด แต่ก็ช่างมันเถอะ เรื่องของจิตใจ ให้เราเข้าใจเสียว่าสงบอยู่ในเรื่อง

อารมณ์ ทีแรกพอเกิดอารมณ์ปุ๊บ ไม่สงบ วุ่นวาย ทำไมจึงวุ่นวาย เพราะมันมีตัณหาไม่อยากให้มันคิด ไม่อยากให้มันมีอารมณ์ ความไม่อยากนี่แหละมันอยาก คือ วิภาวะตัณหา ถ้าไม่อยากเท่าไรมันยิ่งชวนกันมา ของมันอยากอยู่นี่ "กูไม่อยากมันทำไมจึงมา..ไม่อยากให้มันเป็นทำไมมันเป็น" นั่นแหละเราอยากให้มันเป็น เพราะไม่รู้จักเจ้าของ แหม..เล่นอยู่กับพวกนี้ กว่าจะรู้ตัวว่าผิดก็นานโขอยู่ คิดๆ ดูแล้ว โอ...เราไปเรียกมันมามันจึงมา ไม่อยากให้มันเป็น อยากให้มันสงบ ไม่อยากให้มันฟุ้งซ่าน นี่แหละความอยากทั้งแท่งละ ชั่งมันเถอะ เราทำของเราไป เมื่อมีอารมณ์อะไรมา ก็ให้เราพิจารณามันไป เรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทิ้งลงใส่สามขุมนี่เสีย แล้วมาคิดไป พิจารณาไป เรื่องอารมณ์มันมานั้น โดยมากเรามันมีแต่เรื่องคิด คิดตามอารมณ์นั่น เรื่องคิดกับเรื่องปัญญามันคนละอย่าง มันพาไปอย่างนั้นก็คิดตามมันไป ถ้าเป็นเรื่องความคิดไม่หยุด เรื่องปัญญาแล้วหยุดอยู่นิ่งไม่ไป เราเป็นผู้รับรู้ไว้ เมื่ออารมณ์อันนี้ อันนั้นมา มันจะเป็นอย่างนี้อย่างนั้นเรารู้ไว้ๆ เมื่อมันถึงขีดสุดมันแล้วก็ว่าเออ..เรื่องเจ้าคิดเจ้านึก เจ้าวิตก เจ้าวิจารณ์มานี้ เรื่องเหล่านี้มันไม่เป็นแก่นสารทั้งหมด มันเป็นเรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทั้งสิ้น ตัดบทมันเลยทิ้งมันลงใส่ไตรลักษณ์เลยยุบไป นั่งต่อไปอีกมันก็เกิดขึ้นอีก เป็นมาอีกเราก็ดูมันไป สะกดรอยมันไป

มันเหมือนกับเราเลี้ยงควาย หนึ่งต้นข้าว สองควาย สามเจ้าของ ควายมันจะต้องกินต้นข้าว ต้นข้าวก็เป็นของที่ควายจะกิน จิตของเราก็เหมือนควาย อารมณ์ก็คือต้นข้าว ผู้รู้ก็เหมือนเจ้าของ การปฏิบัติให้เป็นอย่างนี้ไม่ผิด เปรียบเทียบดู เวลาเราไปเลี้ยงควายทำอย่างไร ปล่อยมันไป แต่เราพยายามดูมันอยู่ ถ้ามันเดินไปใกล้ต้นข้าว เราก็ตวาดมันก็ได้ ควายได้ยินมันก็จะถอยออก แต่เราอย่าเผลอนะ ถ้ามันดื้อไม่ฟังเสียงก็เอาไม้ค้อนฟาดมันจริง ๆ มันจะไปไหนเสีย มันจะได้กินต้นข้าวหรือ แต่เราอย่าไปนอนหลับกลางวันก็แล้วกัน ถ้าขืนนอนหลับต้นข้าวหมดแน่ ๆ เรื่องปฏิบัติก็เช่นกัน เมื่อเราดูจิตของเราอยู่ ผู้รู้ดูจิตของเรา "ผู้ใดตามดูจิต ผู้นั้นจักพ้นจากบ่วงของมาร" จิตก็เป็นจิตแล้ว ใครจะมาดูจิตอีกเล่า นี่เดี๋ยวนี้ก็งงงันเท่านั้น จิตอันหนึ่งผู้รู้อันหนึ่งรู้ออกมาจากจิตนั่น รู้จิตมันเป็นอย่างไร สบอารมณ์มันเป็นอย่างไร ปราศจากอารมณ์มันเป็นอย่างไร ผู้รู้อันนี้ท่านเรียกว่าผู้รู้ ผู้รู้จะตามดูจิต ผู้รู้นี้จะเกิดปัญญา จิตนั้นคือความนึกคิด ถ้าพบอารมณ์อีกมันก็แวะไปอีก เหมือนกับควายเรานั่นแหละ มันจะไปทางไหนเราก็ดูมันอยู่ มันจะไปไหนได้ มันจะไปใกล้ต้นข้าวก็ตวาดมันอยู่ว่าไม่ฟังก็ถูกไม้ค้อนเท่านั้น ทรมานมันอยู่อย่างนี้ จิตก็เหมือนกันเมื่อถูกอารมณ์ปุ๊บมันจะเข้าจับ เมื่อมันเข้าจับผู้รู้ต้องสอน ต้องพิจารณามันว่าดีไม่ดีอธิบายเหตุผลให้มันฟัง มันจับสิ่งอื่นมาอีก มันนึกว่าเป็นของเอาผู้รู้ก็สอนมันอีก อธิบายให้มีเหตุผล จนมันทิ้ง อย่างนี้มันจึงสงบได้ จับอะไรมาก็มีแต่ของไม่น่าเอาทั้งนั้นมันก็หยุดเท่านั้น มันขี้เกียจ

เป็นเหมือนกัน มันมีแต่ถูกด่าถูกว่าเสมอ ทรมานมันเข้าแล้ว เข้าไปทรมานถึงจิต หัดมันอยู่อย่างนี้แหละ ตั้งแต่ครั้งอาตมาปฏิบัติอยู่ในป่า ก็ปฏิบัติอย่างนี้ สอนศิษย์ทั้งหลายก็สอนอย่างนี้ และต้องการเห็นความจริง ไม่ต้องการเห็นในตำรา ต้องการเห็นในใจเจ้าของว่าตัวเองหลุดพ้นจากสิ่งที่คิดนั้นหรือยัง ก็มันรู้จัก เมื่อมันยังไม่หลุดก็พิจารณาเหตุผล จนให้มันรู้เรื่องของมัน ถ้ามันรู้เรื่องมันก็หลุดเอง นั้นให้มันหลุดของมันไป ยังอะไรมาอีก มันติดอะไรอีก พิจารณาสิ่งนั้นอีก ไม่หลุดไม่ไปย้ำมันอยู่ตรงนี้ มันจะไปไหนเสีย อาตมาชอบให้มันเป็นอย่างนั้นในตัวเอง เพราะพระพุทธเจ้าตรัสว่า ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ วิญญูชนทั้งหลายรู้เฉพาะตน ก็ต้องหาเอาจากเจ้าของ ให้รู้จากตัวเองนี่แหละ ถ้าเชื่อตัวเองก็รู้สึกว่าสบาย ถ้าเขาว่าไม่ดีก็สบาย ถ้าเขาว่าดีก็สบาย ถึงเขาจะว่าอย่างไรก็สบายอยู่ เพราะอะไรมันจึงสบาย เพราะมันรู้ตัวเอง ถ้าคนอื่นว่าเราดี แต่ถ้าเราไม่ดีจะเชื่อเขานั้นหรือ เราก็ไม่เชื่อเขา เราปฏิบัติของเราอยู่ ถ้าคนไม่เชื่อตนเอง เมื่อเขาว่าดี ก็ดีตามเขาเป็นบ้าไปอย่างนั้น ถ้าเขาว่าชั่ว เราก็ดูเรา มันไม่ใช่หรอก เขาว่าเราทำผิด มันไม่ผิดดังเขาว่า เขาก็พูดไม่ถูก ก็ไม่รู้จะไปโกรธเขาทำไมเพราะเขาพูดไม่ถูกตามความจริง ถ้ามันผิดดังเขามันก็ถูกดังเขาว่าแล้ว ไม่รู้จะไปโกรธเขาทำไมอีก ถ้าคิดได้ดังนี้ รู้สึกว่าสบายจริง ๆ มันเลยไม่มีอะไรผิด ล้วนแต่เป็นธรรมทั้งหมด นี่อาตมาปฏิบัติอย่างนี้ ถ้าปฏิบัติอย่างนี้มันลัดตรงจริง ๆ แต่อาตมาไม่เถียง แม้จะเอาธรรมะธัมโมหรืออภิธรรมมาเถียงอาตมา อาตมาก็ไม่เถียง ไม่เถียงหรอก ให้แต่เหตุผลเท่านั้น ให้เข้าใจเสียว่า

เรื่องปฏิบัตินี้เป็นเรื่องพระพุทธเจ้าให้วางทั้งหมด วางให้รู้ มิใช่ว่าวางไม่รู้จะวางอย่างควายอย่างวัว ไม่เอาใจใส่อย่างนี้ไม่ถูก วางเพราะการรู้ ฉะนั้นท่านจึงว่า สมมติ บัญญัติ ความยึด ความไม่ยึด ทีแรกท่านสอนว่า ทำให้มาก เจริญให้มาก ยึดให้มั่น ยึดพระพุทธ ยึดพระธรรม ยึดพระสงฆ์ ยึดให้มันมั่น ท่านสอนอย่างนี้ เราก็ยึดเอาจริง ๆ ยึดไป ๆ คล้ายกับท่านสอนว่า อย่าไปอิจฉาคนอื่น ให้ทำมาหากินด้วยน้ำพักน้ำแรงตัวเอง มีวัวมีควาย มีไร่ มีนา ให้หาเอาจากของ ๆ เรานี่แหละ มันไม่บาปหรอก ถ้าไปทำของคนอื่นมันบาป คนผู้ฟังเลยเชื่อ ทำเอาจากของตนเองอย่างเต็มที่ มันก็ยุ่งก็ยาก ก็ลำบากเหมือนกัน มันยากลำบากเพราะของเราเอง ก็จะไปบ่นปรับทุกข์ให้ท่านฟังอีกว่า มีสิ่งของอะไร ๆ ก็ยุ่งยากเป็นทุกข์เมื่อเห็นความยุ่งยากแล้ว แต่ก่อนเข้าใจว่ามันยุ่งยากเพราะแย่งชิงเอาของคนอื่น ท่านจึงแนะให้ทำของ ๆ ตน นึกว่าจะสบาย เมื่อทำแล้วก็ยุ่งยากอยู่ ท่านจึงเทศน์อย่างใหม่ให้ฟังอีกว่า "มันต้องเป็นอย่างนี้แหละ ถ้าไปยึดไปหมายมัน มันก็เป็นอย่างนี้ ไม่ว่าของใครทั้งนั้น ไฟอยู่บ้านเขาไปจับมันก็ร้อน ไฟอยู่บ้านเราไปจับมันก็ร้อนอยู่อย่างนั้น ท่านก็พูดตามเรา เพราะท่านสอนคนเป็นบ้า การรักษาคนบ้าก็ต้องทำอย่างนั้น" พอช็อคไฟท่านก็ช็อคเมื่ออยู่ต่ำเกินไปเลยไม่รู้จัก

เรื่องอุบายของพระพุทธเจ้าท่านสอนเราต่างหาก หมดเรื่องของท่าน ท่านมาติดเรื่องของเรา มาสอนเราอุบายทั้งหลาย

เหล่านี้ ถึงจะเป็นอย่างไรก็ตาม เรื่องปฏิบัตินี่ อาตมาพยายามค้นคิดเหลือเกินเอาชีวิตเป็นเดิมพันเพราะเชื่อตามพระพุทธเจ้าตรัสว่ามรรคผล นิพพานมีอยู่ มันมีอยู่ดังพระองค์ตรัสสอนแต่ว่าสิ่งเหล่านี้เกิดจากการปฏิบัติดี เกิดจากการทรมาน กล้าหาญ กล้าฝึกกล้าหัด กล้าคิด กล้าแปลง กล้าทำ มันเป็นอย่างไร มันทำฝืนใจตัวเอง ใจเรามันคิดไปทางนี้ ท่านให้มันไปทางโน้น ใจเรามันคิดไปทางโน้นท่านให้มันมาทางนี้ ทำไมท่านจึงฝืนใจนี้ เพราะใจถูกเขาพอกมาเต็มที่แล้ว มันยังไม่ได้ฝึกหัดดัดแปลง พระองค์จึงไม่ให้เชื่อมัน มันยังไม่เป็นศีล เป็นธรรม มันยังไม่แจ้งไม่ขาวจะไปเชื่อมันอย่างไรได้ ท่านจึงมิให้เชื่อมัน เพราะใจมันเป็นกิเลสทีแรกมันเป็นลูกน้องกิเลส อยู่นานๆ ไปเลยกลายเป็นกิเลส ท่านเลยบอกว่าอย่าเชื่อใจ ดูเถิดข้อปฏิบัตินี้ต่างมีแต่เรื่องฝืนใจทั้งนั้นเมื่อฝืนใจมันก็เดือดร้อน พอเดือดร้อนก็บ่นว่า แม...ลำบากเหลือเกิน ทำไม่ได้หรอก แต่พระองค์ไม่นึกอย่างนั้น ทรงนึกว่าถ้ามันเดือดร้อนนั้นถูกแล้ว แต่เราเข้าใจว่าไม่ถูก (ไม่ถูกทาง) มันเป็นอย่างนี้แหละมันจึงลำบาก พอเริ่มเดือดร้อนเราก็นึกว่าไม่ถูกทางคนเราอยากจะมีความสุข มันจะถูกหรือไม่ถูกไม่รู้ พอมันขัดกับกิเลสตัณหา ก็เลยเป็นทุกข์ ถ้าเดือดร้อนเราก็เลยหยุดทำ เพราะเข้าใจว่าไม่ถูกทางแต่พระองค์ตรัสว่า ถูกแล้ว ถูกกิเลสแล้ว กิเลสมันเร่าร้อน แต่เรานึกว่าเราเร่าร้อน พระพุทธเจ้าว่ากิเลสเร่าร้อน มันเป็นอย่างนี้ มันจึงยาก คนเราทั้งหลายไม่พิจารณา โดยมากมักเป็นไปตามกามสุขัลลิกานุโยค อัตตกิลมถานุโยค มันติดอยู่นี่

อยากทำตามใจของเรา อันไหนมันชอบก็อยากทำตามใจให้มันนั่งสบาย นอนสบาย จะทำอะไรก็อยากสบาย นี่กามสุขัลลิกานุโยค ติดสุขมันจะไปได้อย่างไร ถ้าหากเอาตามความสบายไม่ได้แล้ว ความสุขไม่ได้แล้วก็ไม่พอใจ เกิดโกรธขึ้นมา ก็เป็นทุกข์ เป็นโทสธรรม นี่เป็นอัตตกิลมถานุโยค มันไม่ใช่หนทางของผู้สงบ มันไม่ใช่หนทางของผู้ระงับ กามสุขัลลิกานุโยค อัตตกิลมถานุโยคทั้งสองเส้นนี้ พระพุทธเจ้าไม่ให้เดิน ความสุขพระองค์ให้รับทราบไว้ ความโกรธ ความเกลียด ความไม่พอใจ อันนี้ก็ไม่ใช่ทางพระพุทธเจ้าเดิน ไม่ใช่ทางของสมณะมันเป็นทางที่ชาวบ้านเดินอยู่ พระผู้สงบแล้วไม่เดินอย่างนั้น เดินไปตรงกลางนี่สัมมาปฏิปทานี่ กามสุขัลลิกานุโยคอยู่ทางซ้ายนี่ อัตตกิลมถานุโยคอยู่ทางขวานี่

ดังนั้นถ้าบวชปฏิบัติต้องเดินทางกลางนี้ ข้าฯ จะไม่เอาใจใส่ความสุข ความทุกข์ จะวางมันแต่...แม..รู้สึกว่ามันเตะเรา เดี๋ยวไอ้นี่เตะทางนี้ ไอ้นั่นเตะทางนั้นเหมือนกับลูกโป่งลาง มันฟาดเราทั้งสองเข้าใส่กัน มันจึงมีสองอย่างเท่านี้แหละเตะเราอยู่ ดังนั้นพระองค์เทศน์ครั้งแรกจึงทรงยกที่สุดทั้งสองขึ้นแสดง เพราะมันติดอยู่นี่ ความอยากได้สุขเตะทางนี้บ้าง ความทุกข์ไม่พอใจเตะทางโน้นบ้าง สองอย่างเท่านั้นเล่นงานเราตลอดกาล เพราะเดินทางกลางเราจะวางสุข เราจะวางทุกข์ สัมมาปฏิปทาต้องเดินกลาง มันมีแต่ความอยากได้ สุขมากระทบ ถ้าไม่ได้สุขมันก็ทุกข์เท่านั้น มันจะเดินกลางๆ ตามทางพระพุทธเจ้าเดินนั้นมันลำบาก มันมี

สองทางคือดีกับร้ายเท่านั้น ถ้าไปเชื่อพวกนี้ก็ต้องเป็นอย่างนี้แหละ ถ้าโกรธขึ้นมาก็คว้าหาท่อนไม้เลย ไม่ต้องอดทน ถ้าดีก็ลูบตั้งแต่ศีรษะจรดปลายเท้า นั่นใช่แล้ว ทางสองข้าง มันไม่ไปกลาง ๆ สักที พระพุทธเจ้า ท่านไม่ให้ทำอย่างนั้น ท่านให้ค่อย ๆ วางมันไป ทางสายนี้คือ สัมมาปฏิปทา ทางเดินออกจากภพ จากชาติ ทางไม่มีภพ ไม่มีชาติ ไม่มีสุข ไม่มีทุกข์ ไม่มีดี ไม่มีชั่ว มนุษย์ทั้งหลายที่ต้องการภพ ถ้าตกลงมาก็ถึงสุขนี่ มันมองไม่เห็น มันผ่านเลยลงมานี่ ถ้าไม่ได้ตามความพอใจก็เลยมานี่ตรงกลางข้ามไปเรื่อย ที่พระอยู่นี่เรามองไม่เห็นสักทีวิ่งไปวิ่งมาอยู่นี่แหละ ไม่อยู่ตรงนั้น ตรงที่ไม่มีภพไม่มีชาตินั่น เราไม่ชอบ...จึงไม่อยู่ บางทีก็เลยลงมาข้างล่างนี่ถูกสุนัขกัด ถ้าปีนขึ้นไปข้างบนก็ถูกอีแร้ง อีกาปากเหล็กมาจิกกระบาล มันก็เลยตกนรกอยู่ไม่หยุด ไม่ยั้งเท่านั้น นี่แหละภพ

อันที่ว่าไม่มีภพไม่มีชาติ มนุษย์ทั้งหลายไม่เห็น จิตมนุษย์มองไม่เห็น จึงได้ข้ามไปข้ามมาอยู่อย่างนั้น สัมมาปฏิปทา สายกลางที่พระพุทธเจ้าเดินนี่ มันพ้นภพ พ้นชาติ เป็นอัพยากตธรรม จิตนี่ว่างนี่เป็นทางของสมณะ ถ้าใครไม่เดิน เกิดเป็นสมณะไม่ได้ เกิดสงบไม่ได้ ทำไมจึงสงบไม่ได้ เพราะมันเป็นภพเป็นชาติ มันเกิดมันตายอยู่นั่นเอง แต่ทางนี้ไม่เกิด ไม่ตาย ไม่ต่ำ ไม่สูง ไม่สุขไม่ทุกข์ ไม่ดี ไม่ชั่วกับใครทางนี้เป็นทางตรง เป็นทางสงบระงับ สงบจากความสุข ความทุกข์นี่ ความดีใจความเสียใจนี่ อันนี้คือลักษณะปฏิบัติ ถ้าใจเราเป็นอย่างนี้แล้วหยุดได้ หยุดถามคนได้แล้ว ไม่ต้องไปถาม

ใครหรอก นี่แหละพระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ ไม่ต้องถามใคร รู้เฉพาะตนแน่นอนอย่างนั้น ถูกตามที่พระองค์ทรงสอนไว้ อันนี้อาตมาเล่าประวัติย่อ ๆ ที่เคยทำเคยปฏิบัติมา ไม่ได้รู้มาก ไม่ได้เรียนมาก เรียนจากจิตใจตนเองตามธรรมชาตินี้ ลองดู ถ้ามันชอบก็ไปตามมัน เมื่อมันชอบขึ้นมาก็ไปตามมันดู มีแต่มันลากเราไปหาความทุกข์โน่น มันจะพาไปไหนอีกแม ไอ้นี่เก่งขึ้นถึงขนาดนี้นะ..ถ้าเชื่อมันมีแต่มันจะพาไปหาทุกข์ เราปฏิบัติตัวเอง ดูตัวเองนั่นแหละ มันจะค่อยรู้จัก ค่อยรู้ขึ้นเห็นขึ้นไปเอง ให้เราพากันตั้งอกตั้งใจทำ ถ้าหากอยากปฏิบัติให้ท่านมหานั้นพยายาม อย่าคิดให้มาก ถ้าจะนั่งสมาธิแล้ว อยากให้มันเป็นอย่างนั้น เป็นอย่างนี้แล้วหยุดดีกว่า เวลานั่งสงบจะนึกว่าใช่อันนั้นไหม ใช่อันนี้ไหม..หยุด..อย่าเอามาพูด เอาความรู้ปริยัติใส่หีบใส่ห่อไว้เสีย อย่าเอามาพูดไม่ใช่พวกนั้นจะเข้ามาอยู่นี่หรอก มันพวกใหม่ ของเขาหรอกพวกนี้ เวลามันเป็นขึ้นมา มันไม่เป็นอย่างนั้นเหมือนกับเราเขียนตัวหนังสือ "ความโลภ" เวลามันเกิดในใจไม่เหมือนตัวหนังสือ เวลาโกรธก็เหมือนกัน เขียนใส่กระดานดำเป็นตัวอย่างหนึ่งมันเป็นตัวอักษร เวลามันเกิดในใจมันอ่านอะไรไม่ทันหรอก มันเป็นขึ้นมาที่นี่เลย สำคัญนัก สำคัญมาก แต่ปริยัติเขียนไว้ถูกอยู่ แต่ต้องโอปะนะยิโก ให้เป็นคนน้อม ถ้าไม่น้อมก็ไม่รู้จักจริง ๆ มันไม่เห็น อาตมาก็เหมือนกัน ไม่ได้ศึกษาเล่าเรียนมาก สอบปริยัติธรรมไป มีโอกาสได้ฟังครูบาอาจารย์เทศน์ให้ฟัง จนจะเกิดความประมาทฟังเทศน์ไม่เป็น ไม่รู้พูด

อย่างไร พวกพระกรรมฐาน นี่พูดเหมือนกับมีตัวมีตนจริง ๆ จะไล่เอาจริง ๆ นี่ต่อมาค่อยทำไป ปฏิบัติไป ๆ ก็จึงเห็นจริงตามที่ท่านสอนท่านเทศน์ให้ฟังก็รู้เป็นเห็นตาม มันเป็นอยู่ในใจของเรานี่เอง ต่อไปนาน ๆ จึงรู้ว่ามันก็ล้วนแต่ท่าน ท่านเห็นมาแล้ว ท่านเอามาพูดให้ฟัง ไม่ใช่ว่าท่านพูดตามตำรา ท่านพูดตามความรู้ความเห็นจากใจมาให้ฟัง เราเดินตามก็ไปพบที่ท่านพูดไว้ หมดทุกอย่าง จึงนึกว่า อ้อ..มันถูกแล้วนี่ จะอย่างไหนอีก เอาเท่านี้แหละอาตมาเลยปฏิบัติต่อไป เป็นอย่างนี้

ลักษณะการปฏิบัติให้เราพยายามทำ เรื่องมันจะสงบหรือไม่สงบนั้นก็ช่างมัน ปล่อยไว้ก่อน เอาเรื่องเราปฏิบัตินี่แหละเป็นเรื่องแรก เอาเรื่องเราได้สร้างเหตุมันนี่แหละ ถ้าเราทำแล้วถึงอย่างไรก็ได้ ไม่ได้อะไรก็ได้ทำนี่เอง มันไม่อยู่หรอก อย่ากลัวว่ามันไม่ได้ มันไม่สงบเราก็ได้ทำ ถ้าทำแล้วต้องได้ ทีนี้ถ้าคนไม่หาแล้วใครเล่าจะได้ ใครเล่าจะเห็น ถ้าพวกประพฤติปฏิบัติไม่เห็นแล้วมันไม่เห็นหรอกพวกนั้น คนหานั่นแหละจะเห็น คนกินนั่นแหละจะอิ่ม ของแต่ละสิ่งละอย่าง มันจะโกหกเราอยู่นี่สิบครั้งให้มันรู้ก็ยังดีอยู่ คนเก่ามาโกหกเรื่องเก่าถ้ารู้จักมันก็ดีอยู่ มันนานเหลือเกินกว่าจะรู้ มันพยายามมาหลอกลวงเรานี่เอง ดังนั้นถ้าจะปฏิบัติแล้ว ให้ตั้งไว้ในใจของเราคือ **ศีล สมาธิ ปัญญา** ถึงพระรัตนตรัย คือ **พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์** เลิกสิ่งทั้งหลายทั้งปวงออกเสีย การกระทำของเรานี่เองมันเป็นเหตุเกิดขึ้นในภพ

ในชาติหนึ่งจริง ๆ เป็นคนซื่อสัตย์กระทำไปเถอะ การปฏิบัตินั้น แม้จะนั่งเก้าอี้อยู่ก็ตามกำหนดก็ได้ เบื้องแรกไม่ต้องกำหนดมาก กำหนดลมหายใจเข้าออก หรือว่าจะพุทโธ ธัมโม สังโฆ ก็ได้ แล้วกำหนด ลมหายใจเข้าออก เมื่อกำหนดให้มีความตั้งใจไว้ว่า การกำหนดลมหายใจนี้จะไม่บังคับ ถ้าเราจะลำบากกับลมหายใจ แล้วยังไม่ถูก ดูเหมือนลมหายใจ สั้นไป ยาวไป ค่อยไป แรงไป เดินลมไม่ถูก ไม่สบาย เมื่อลมออกก็สบาย ลมเข้าก็สบาย จิตของเรา รู้จักลมเข้า รู้จักลมออก นั่นมันมั่นแล้ว มันถูกแล้ว ถ้ามันไม่มั่น มันยังหลง ถ้ายังหลงก็หยุดกำหนดใหม่ เวลากำหนด จิตมันอยาก เป็นนั่นเป็นนี่ หรือเกิดแสงสว่างเป็นปราสาทราชวังมา เกิดมาก็ ไม่กลัว รู้เรื่องมัน ให้ทำเรื่อยไป อาการเหล่านี้บางครั้งทำไป ๆ ลม หมดก็มี หมดจริง ๆ นี่ก็จะกลัวอีกแหละ ไม่ต้องกลัว มันหมด แต่ความคิดเราเท่านั้น เรื่องความละเอียดยังอยู่ไม่หมดถึงกาล สมัยแล้ว มันฟื้นกลับขึ้นมาสบาย เป็นเองของมัน ให้ใจสงบไป อย่างนี้เสียก่อน นั่งอยู่ที่ไหนก็ตาม นั่งเก้าอี้ นั่งรถ นั่งเรือก็ตาม ถ้า กำหนดปั๊บให้มันเข้าเลย ขึ้นรถไฟไปนั่งปั๊บให้มันเข้าเลย อยู่ที่ไหน นั่งได้นั่งนั้น ถ้าขนาดนี้รู้จักแล้ว รู้จักทางบ้างแล้ว จึงมาพิจารณา อารมณ์ให้จิตที่สงบนั้นพิจารณาอารมณ์ รูปบ้าง เสียงบ้าง กลิ่นบ้าง รสบ้าง โผฏฐัพพะบ้าง ธรรมารมณ์บ้าง ที่มันเกิดขึ้นมาให้มา พิจารณาอารมณ์ มันจะชอบหรือไม่ ชอบต่าง ๆ นานาให้เป็นผู้รับ ทราบไว้ อย่าเข้าไปหมายในอารมณ์นั้น ถ้ามันดีก็ให้รู้ว่าดี ถ้ามัน ไม่ดีก็ให้รู้ว่ามันไม่ดี อันนี้เป็นของสมมติบัญญัติถึงจะดีจะชั่วก็เป็น

อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทั้งนั้น เป็นของไม่แน่นอน ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นหมั่นอ่านคาถานี้ไว้ด้วยเราทำได้สองอย่างนี้เรื่อยๆ ไป ปัญญามันจะเกิดเอง เพราะอารมณ์นั่นเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทิ้งใส่สามขุมนี้ มันเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาแล้ว มันสงบแล้ว เมื่อมันมีมาเราก็ทิ้งใส่สามขุมนี้ นี้เป็นแก่นของวิปัสสนา ทิ้งใส่อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ดีชั่วร้ายอะไรก็ทิ้งใส่นี่ ไม่นานก็จะเกิดความรู้ความเห็นขึ้นมาในอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เกิดปัญญาอ่อนๆ ขึ้นมา นั่นแหละเรื่องภาวนาให้พยายามทำเรื่อยๆ ศีลห้านี้เอามันมาหลายปีแล้วมิใช่หรือ เอามันเสียภาวนามันเสีย ให้รู้ความจริง **เพื่อสละ เพื่อถอน เพื่อความสงบ** พูดถึงการสนทนาแล้ว อาตมาสนทนาไม่ค่อยเป็น มันพูดยากอยู่ ถ้าใครอยากรู้จักกันต้องอยู่ด้วยกัน อยู่ไปนานๆ ก็ต้องรู้จักกันหรอก อาตมาเคยไปเที่ยวธุดงค์เหมือนกัน อาตมาไม่เทศน์ ไปฟังครูบาอาจารย์รูปนั้นรูปนี้เทศน์ มิใช่ว่าไปเทศน์ให้ท่านฟัง ท่านพูดอะไรก็ฟัง ฟังเอา พระเล็กพระน้อยเทศน์ก็ฟัง เราจะฟังก็ฟัง ไม่ค่อยสนทนา ไม่รู้จะสนทนาอะไร ที่จะเอาก็เอาตรงที่ละที่วางนั่นเอง ก็ทำมันเสียสิ มาละมาวางมัน ไม่ต้องไปเรียนให้มันมาก มันแก่ไปทุกวันๆ ไปตะปบแต่แสงมันอยู่นั่น ไม่ถูกตัวสักที การปฏิบัติธรรมแม้จะมีหลายแบบ อาตมาไม่ติ ถ้ารู้จักความหมายมันไม่ใช่ว่ามันจะผิด แต่ว่าถ้าหากเป็นนักปฏิบัติแล้ว ไม่ค่อยรักษาวินัย อาตมาว่ามันไปไม่รอด เพราะมันข้ามมรรค...มันข้ามศีล สมาธิ ปัญญา บางท่านพูดว่า สมถะอย่าไปติดมัน อย่าไปเอามันผ่านไปวิปัสสนาเลย อาตมาเห็นว่า ถ้าผ่านไปเอาวิปัสสนาเลย มันจะไปไม่รอด

วิธีปฏิบัติของท่านอาจารย์เสาร์ ท่านอาจารย์มั่น ท่านอาจารย์ทองรัตน์ ท่านเจ้าคุณอุบาลี นี่หลักนี้อย่าทิ้ง แน่นอนจริง ๆ ถ้าทำตามท่าน ถ้าปฏิบัติตามท่านเห็นด้วยตัวเองจริง ๆ ท่านอาจารย์เหล่านี้เรื่องศีลนี่ท่านพยายามรักษาให้แน่นอน ท่านไม่ให้ข้าม การเคารพครูบาอาจารย์ การเคารพข้อวัตรปฏิบัตินั้นถ้าครูบาอาจารย์บอกให้ทำก็ทำ ถ้าท่านว่ามันผิดให้หยุดก็หยุด เชื่อว่าทำเอาจริง ๆ จัง ๆ ให้มันเห็นมันเป็นขึ้นในใจ ท่านอาจารย์บอกอย่างนี้ ดังนั้นพวกลูกศิษย์ทั้งหลายจึงมีความเคารพยำเกรงในครูบาอาจารย์มาก เพราะมันเห็นตามรอยของท่าน ลองทำดูสิ ทำดังที่อาตมาพูด ถ้าเราทำมันก็เห็นก็เป็น ทำไมจะไม่เป็นเพราะคนทำคนหา อาตมาว่ามันไม่อยู่หรอก ถ้าทำถูกเรื่องของมัน เป็นผู้ละพูดจาน้อย มักน้อย เป็นคนละทิฏฐิมานะทั้งหลายทั้งปวง คนพูดผิดก็ฟังได้ คนพูดถูกก็ฟังได้หมด พิจารณาตัวเองอยู่อย่างนี้ อาตมาว่าเป็นไปได้ทีเดียวถ้าพยายาม แต่ว่าไม่ค่อยมีนักปริยัติที่มาปฏิบัติมันยังน้อยอยู่ คิดเสียดายเพื่อน ๆ ทั้งหลายเคยแนะนำให้มาพิจารณาอยู่ดีแล้ว ท่านมหามานี่เป็นกำลังอันหนึ่ง แถวบ้านเราบ้านไผ่ใหญ่ หนองหลัก หนองขุ่น บ้านโพนขาว ล้วนแต่เป็นบ้านสำนักเรียนทั้งนั้น แต่ว่าเรียนแต่ของที่มันต่อกัน ไม่ตัดสักที เรียนแต่สันตติ เรียนสนธิต่อกันไป ถ้าเราหยุดได้ เรามีหลักวิจัยอย่างนี้ดีจริง ๆ มันไม่ไปทางไหนหรอก มันไปอย่างที่เราเรียนนั่นแหละ แต่ว่าผู้เรียนไม่ค่อยรู้ซึ้งถ้าไม่ปฏิบัติ ถ้าปฏิบัติแล้วก็รู้ซึ้งสิ่งที่เรา

เคยเรียนมา แจ้งออกชัดออก เอาเสียสิ เริ่มปฏิบัติเสีย ได้ความเข้าใจอย่างนี้พยายามมาอยู่ตามป่าที่กุฏิเล็ก ๆ นี้ มาฝึกมาทดลองดูบ้าง ต้องดีกว่าเราไปเรียนปริยัติอย่างเดียว ให้พูดอยู่คนเดียวดูจิตใจเรานี่คล้าย ๆ กับว่า จิตมันวางเป็นปกติจิต ถ้าจิตมันเคลื่อนจากปกติ เช่น มันคิดมันนึกต่าง ๆ นั่นเป็นสังขาร สังขารนี้มันจะปรุงเราต่อไปให้ระวังให้ดีให้รู้มันไว้ ถ้ามันเคลื่อนออกจากปกติแล้วมันไม่เป็นสัมมาปฏิปทาหรอก มันจะก้าวไปเป็นกามสุขัลลิกานุโยค อัตตกิลมถานุโยค ของพวกนี้มันปรุง นั่นแหละเป็นจิตสังขารถ้ามันดีก็ดี ถ้ามันชั่วก็ชั่ว มันเกิดกับจิตของเรา อาตมาว่าถ้าได้จ้องดูมันอยู่อย่างนี้ รู้สึกว่ามันสนุก ถ้าจะพูดเรื่องมันอยู่อย่างเดียวสนุกอยู่ตลอดเวลา

เมื่อรู้จักเรื่องวาระของมัน จิตนี้มันจะเป็นอาการอย่างนี้ กิเลสมันอบรมจิตเรา อาตมาเห็นว่าจิตนี้เหมือนกับจุดจุดเดียวเท่านั้น อันที่เรียกว่า เจตสิก นั่นเป็นแขก แขกมาพักอยู่ตรงจุดนี้ คนนั้นมาเยี่ยมเราบ้าง คนนี้มาเยี่ยมเราบ้าง คนโน้นมาเยี่ยมเราบ้าง มาพักอยู่ตรงนี้ เราเลยเรียกว่าเป็นเจตสิกหมดพวกนั้น ที่มันออกจากจิตของเรานี้ ทีนี้เรามาทำจิตของเราให้เป็นผู้รู้ตื่นอยู่ รักษาจิตของเราอยู่นี่ ถ้าแขกมาเมื่อไรโบกมือห้าม มันจะมานั่งที่ไหนมีที่นั่งที่เดียวเท่านั้น เราก็พยายามรับแขกอยู่ตลอดวัน ตรงนี้ นี่คือพุทโธ ตัวตั้งมั่นอยู่นี่ทำความรู้ ทำความรู้นี้ไว้จะได้รักษาจิต ถ้าเรานั่งอยู่ตรงนี้แล้ว ของมันเคยมาเยี่ยมตั้งแต่เราเกิดมาเล็ก ๆ โน้น

มาก็มาที่หมด มันทำไมจะทนดูได้ เราก็เลยรู้จักมันหมดทุกแห่ง เลยพูดอยู่คนเดียว พูดถึงอาคันตุกะ แขกที่จรมามันมาปรุง มันมาแต่งต่าง ๆ นานา ให้เราเป็นไปตามเรื่องของมัน อาการของจิตเป็นไปตามเรื่องของมันนี้แหละ เรียกว่า เจตสิก เท่านี้มันจะเป็นอะไรไปไหนก็ชั่งมันให้เรารู้จักอาคันตุกะที่มาพักเท่านี้เอง ที่รับแขกมีเก้าอี้เดียวนั่น เราเอาผู้หนึ่งไปนั่งไว้แล้วมันก็ไม่มีที่นั่ง มันมาที่นี่มันก็จะมาพูดกับเราเท่านั้น ไม่ได้นั่งครั้งนี้ ครั้งต่อไปมันก็จะมาอีก ถ้ามาก็พบแต่ผู้นี้นั่งอยู่ไม่หนีสักที มันจะทนมากี่ครั้ง พูดกันอยู่ที่นั่น ก็จะรู้จักมันหมดทุกคน พวกที่ตั้งแต่เรารู้เดียงสาโน้นมันจะมาเยี่ยมเราหมดนั่นแหละ เพียงเท่านี้ ธรรมนั้น อาตมาว่ามาดูตรงนี้ก็เห็นไปหมด ได้พูดอยู่คนเดียว ได้ดูอยู่คนเดียว ได้พิจารณาอยู่คนเดียว อย่างนี้แหละพูดธรรมะ อาตมาพูดอย่างอื่นไม่เป็น พูดก็พูดไปอย่างนี้ ทำนองนี้ นี่ก็เป็นแต่เพียงพูดให้ฟังเท่านั้น ทีนี้ให้ไปทำดู ถ้าไปทำมันเป็นอย่างนั้น มีหนทางบอก ถ้ามันเป็นอย่างนั้นให้ทำอย่างนั้น ก็ไปทำดูอีก ถ้าไปทำดูอีกมันเป็นอีกอย่างหนึ่ง ก็ต้องแก้อีก โน่นแหละจึงจะมีที่บอก ในเมื่อเดินสายเดียวกัน มันต้องเป็นแน่นอนในจิตท่านมหา ถ้าไม่เป็นอย่างนั้นมันต้องเกิดขัดข้อง ขัดข้องก็ต้องจี้จุดเมื่อพูดตรงนี้ปุ๊บมันถูกจิตท่านมหา มันก็รู้จักแก้ ถ้ามันติดอีก ท่านผู้แนะนำก็จะบอกเพราะตรงนี้ท่านก็เคยติดมาแล้ว ก็ต้องแก้อย่างนั้น มันรู้เรื่องกันมันก็พูดกันได้ เช่นเดียวกับอารมณ์ คือเสียง ได้ยินเป็นอย่างหนึ่ง

เสียงเป็นอย่างหนึ่ง เรารับทราบไว้ไม่มีอะไร เราอาศัยธรรมชาติอย่างนี้แหละ แล้วมาพิจารณาหาความจริง มันแยกเองของมัน พูดง่าย ๆ ก็คือมันไม่เอาใจใส่นั่นเอง มันจึงเป็นอย่างนั้นได้ เมื่อหูได้ยินดูจิตของเรา มันพัวพันไปตามไหม มันรำคาญไหม เท่านี้เราก็รู้ได้ยินอยู่แต่ไม่รำคาญ ฉันอยู่ที่นี่ นี่เอากันอยู่ใกล้ ๆ มิได้เอาไกล เราจะหนีจากเสียงนั้น หนีไม่ได้หรอก ต้องหนีวิธีนี้จึงจะหนีได้ แต่เราฝึกจิตของเราจนมันมั่นอยู่ในสิ่งนี้ มันวางสิ่งเหล่านั้น สิ่งที่มันวางแล้วนั้นมันก็มาได้ยินอยู่ ได้ยินอยู่มันก็วางอยู่ เพราะสิ่งเหล่านั้นมันถูกวางอยู่แล้ว มิใช่จะไปบังคับให้มันแยก มันแยกเอง มันเป็นอัตโนมัติ เพราะการละการวางอยากให้มันไปตามนั้นมันก็ไม่ไป เมื่อเรารู้ถึงรูป เสียง กลิ่น รส ทั้งหลายเหล่านี้ตามเป็นจริงแล้ว เห็นชัดอยู่ในดวงจิตของเราว่า สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นสามัญลักษณะ คือ **อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** หมดทั้งนั้นเมื่อได้ยินครั้งใดมันก็เป็นสามัญลักษณะอยู่ในใจของเรา ได้ยินก็เหมือนไม่ได้ยินในเวลานั้น เมื่ออารมณ์ทั้งหลายมากระทบ ไม่ใช่จิตของเราจะไม่มีการงาน สติกับจิตของเรามันพัวพันคุ้มครองกันอยู่ตลอดกาล ตลอดเวลา ถ้าหากท่านมหาทำจิตใจให้ถึงเรื่องราวอันนี้แล้ว ถึงจะเดินไปทางไหนมันก็ค้นคว้าอยู่นี่ มันเป็นธรรมวิจัยหลักของโพชฌงค์เท่านั้นเอง มันหมุน มันเวียน มันพูดกับตัวเอง มันแก้ มันปลดเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ไม่มีอะไรมาใกล้มันได้หรอก มันมีงานทำของมันเอง

นี่เรื่องอัตโนมัติของมันเป็นอยู่ ไม่ได้แต่งมัน หัดเบื้องแรกมันเป็นเลย ถ้าหากว่าเราทำอย่างนี้อาการอย่างหนึ่ง ท่านมหาจะมีความแปลกขึ้นมาคือ เวลาไปนอนตั้งใจแล้วนอน เคยนอนกรนหรือนอนละเมอ กัดฟัน หรือนอนดิ้น นอนขวาง ถ้าจิตมันเป็นอย่างนี้แล้ว สิ่งเหล่านี้จะฉิบหายหมด ถึงจะหลับสนิทตื่นขึ้นมาแล้วมีอาการคล้ายกับไม่ได้นอน เหมือนไม่ได้หลับ แต่ไม่ง่วง ก่อนเราเคยนอนกรน ถ้าเราทำจิตให้ตื่นแล้วมันไม่กรนหรอก กรนอย่างไรคนไม่ได้นอน กายมันไประงับเฉย ๆ ตัวนี้ตื่นอยู่ตลอดทั้งวันทั้งคืนมันตื่นอยู่ทุกกาลทุกเวลาของมัน คือ **ผู้รู้ พุทโธ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ผู้แจ้ง ผู้สว่าง** ตัวนี้ไม่ได้นอน มันเป็นของมันอยู่ ไม่รู้สึกง่วง ถ้าเราทำจิตของเราอย่างนี้ ถ้าเราไม่นอนตลอด ๒-๓ วัน บางทีมันง่วงร่างกายมันเพลีย มันง่วงเราจะมานั่งกำหนดสมาธิปั๊บสัก ๕ นาที หรือ ๑๐ นาที แล้วลืมตาขึ้นเท่ากับได้นอนตลอดคืนและวัน เรื่องการนอนหลับนี่ถ้าเราไม่นึกถึงสังขารแล้วไม่เป็นไร แต่ว่ามันพอสมควรเรานึกถึงสภาวะของสังขาร ความเป็นไปแล้วก็ให้ตามเรื่องของมัน ถ้ามันถึงตรงนั้นแล้ว ไม่ต้องนำไปบอกหรอก มันบอกเอง มันจะมีผู้จี้ผู้จด ถึงขี้เกียจมันก็มีผู้บอกเราขยันอยู่เสมอ อยู่ไม่ได้หรอก มันถึงจุดมันจะเป็นเองของมัน เอาดูสิ อบรมมานานแล้ว อบรมตัวเองดู แต่ว่าเบื้องแรกกายวิเวกสำคัญนะ เมื่อเรามาอยู่กายวิเวกแล้วจะนึกถึงคำพระสารีบุตรเทศน์ไว้เกี่ยวกับ **กายวิเวก จิตวิเวก อุปธิวิเวก** (กายวิเวกเป็นเหตุเกิดจิตวิเวก จิตวิเวกเป็นเหตุเกิด

อุปธิวิเวก) แต่บางคนพูดว่าไม่สำคัญหรอก ถ้าใจเราสงบแล้วอยู่ที่ไหนก็ได้ จริงอยู่...แต่ว่าเบื้องแรกให้เห็นว่า **กายวิเวก เป็นที่หนึ่ง** ให้คิดอย่างนี้ก็ได้ วันนี้หรือวันไหนก็ตามท่านมหาเข้าไปนั่งอยู่ในป่าช้าไกล ๆบ้านลองดู ให้อยู่คนเดียวหรือว่าท่านมหาจะไปอยู่ที่ยอดเขายอดหนึ่งซึ่งเป็นที่หวาดสะดุ้ง ให้อยู่คนเดียวนะแม..มันสนุกตลอดคืน จึงจะรู้ว่ามันเป็นอย่างไร

เรื่องกายวิเวกนี่แม้แต่อาตมาเองเมื่อก่อนก็นึกว่าไม่สำคัญเท่าไร คิดเอา..แต่เวลาไปทำดูแล้วจึงนึกถึงคำสอนของพระพุทธเจ้า ฉะนั้นพระองค์จึงสอนให้ไปหากายวิเวก เบื้องแรกของมัน มันเป็นเหตุให้จิตเราวิเวก ถ้าจิตวิเวกก็เป็นเหตุให้เกิดอุปธิวิเวก เช่น เราอยู่ในบ้านช่อง กายวิเวกมันเป็นอย่างไร พอกลับถึงบ้านเท่านั้นต้องวุ่นวายยุ่งเหยิงเข้า เพราะกายไม่วิเวก ถ้าออกจากบ้านมาอยู่สถานที่วิเวกมันก็เป็นไปอีกแบบหนึ่ง ฉะนั้นต้องเข้าใจว่าเบื้องแรกนี้กายวิเวกเป็นของสำคัญ เมื่อกายวิเวกแล้วก็ได้ธรรมเมื่อได้ธรรมแล้วก็ให้มีครูบาอาจารย์เทศน์ให้ฟัง คอยแนะนำตรงที่เราเข้าใจผิด ที่เราเข้าใจผิดนั่นมันเหมือนกับเราเข้าใจถูกนี่เอง ตรงที่เราเข้าใจผิดนั่นแต่เรานึกว่ามันถูก ถ้าได้ท่านมาพูดให้ฟังจึงเข้าใจว่ามันผิด ที่ท่านว่ามันผิดก็ตรงที่เรานึกว่ามันถูกนั่นแหละ อันนี้มันก็ซ้อนความคิดของเราอยู่ มีพระนักปฏิบัติบางรูปตามที่ได้ทราบข่าวท่านค้นคว้าตามตำราเพราะได้เรียนมามากอาตมาว่าทดลองดูเถอะ การกางแบบกางตำราทำนี่ ถึงเวลาเรียน ๆ

ตามแบบ แต่เวลารบๆ นอกแบบ ไปรบตามแบบมันสู้ข้าศึกไม่ไหว ถ้าเอากันจริงจังแล้วต้องรบนอกแบบ เรื่องมันเป็นอย่างนั้น แบบนั้นท่านทำไว้พอเป็นตัวอย่างเท่านั้น บางทีอาจทำให้เสียสติ ก็ได้เพราะพูดไปตามสัญญาสังขาร ท่านไม่เข้าใจว่าสังขารมันปรุงแต่งทั้งนั้น เดี๋ยวก็ลงไปพื้นบาดาลโน่น ไปพบปะพญานาค เวลาขึ้นมาก็พูดกับพญานาค พูดภาษาพญานาค พวกเราไปฟังมันไม่ใช่ภาษาพวกเรา มันก็เป็นบ้าเท่านั้นเอง ครูบาอาจารย์ท่านไม่ให้ทำอย่างนั้น เรานึกว่ามันจะดิบจะดีมันก็ไม่ใช่อย่างนั้น ส่วนนี้มีแต่ส่วนละส่วนถอนหมดทั้งนั้น เรื่องทิฏฐิมานะ เรื่องเนื้อเรื่องตัวนั่น อาตมาว่าปฏิบัตินี้ก็ยากอยู่ ถึงอย่างไรก็อย่าทิ้งครูอาจารย์ ต้องให้ท่านแนะนำเราเพราะมันมีหนทางหลงมาก เรื่องจิตเรื่องสมาธินี่หลงมากจริงๆ เพราะสิ่งที่ไม่ควรจะเป็นได้แต่มันก็เป็นขึ้นมาได้ เราจะว่าอย่างไร อาตมาก็ระวังตัวเองเสมอ

เมื่อคราวออกปฏิบัติในระยะ ๒-๓ พรรษา มันยังเชื่อตัวเองไม่ได้ แต่พอมันได้ผ่านไปมากแล้ว เชื่อวาระจิตตัวเองแล้วไม่เป็นอะไรหรอก ถึงมันจะปรากฏการณ์อย่างไรก็ให้มันเป็นมา ถ้ารู้เรื่องอย่างนี้ สิ่งเหล่านี้ก็ระงับไป มีแต่เรื่องจะพิจารณาต่อไปก็สบาย ท่านมหา ยังไม่ได้ทำดู เคยนั่งสมาธิแล้วใช่ไหม..การนั่งสมาธิสิ่งที่ไม่น่าผิดก็ผิดได้ เช่น เวลานั่งเราตั้งใจว่า "มึงละจะเอาให้มันแน่ ๆ ดูที" เปล่าไม่ได้เรื่องเลยวันนั้น แต่คนเราชอบทำอย่างนั้น อันนี้อาตมาก็เคยสังเกตได้ด้วยวิธีมันเป็นเองของมัน เช่นบางคืน

พอเริ่มนั่งก็นึกว่า "เอาละวันนี้อย่างน้อยตีหนึ่งจึงจะลุก" บาปแล้วก็คิดอย่างนี้ เพราะว่าไม่นานหรอกมันรุมเอาเกือบตาย (หมายถึงเวทนา) ดีหน่อยแต่เวลานั่งดี ๆ ไม่ต้องกะต้องเกณฑ์ ไม่มีที่จุดที่หมายมันทุ่มหนึ่ง สองทุ่ม สามทุ่ม ก็ชั่งมัน นั่งไปเรื่อย ๆ วางเฉยไว้ อย่าบังคับมัน อย่าไปหมายมัน อย่าไปบังคับหัวใจว่า จะเอาให้มันแน่ ๆ มันก็ยิ่งไม่แน่ ให้เราวางใจสบาย ๆ หายใจก็ให้พอดี อย่าเอาสั้นเอายาว อย่าไปแต่งมัน กายก็ให้มันสบาย ทำเรื่อยไปมันจะถามเราว่า จะเอากี่ทุ่ม จะเอานานเท่าไร มันมาถามเรื่อยหรอก เราต้องตวาดมันว่า "เฮ้ย..อย่ามายุ่ง" ต้องปราบมันไว้เสมอ เพราะพวกนี้มีแต่กิเลสมากวนทั้งนั้น อย่าเอาใจใส่มันเราต้องพูดว่า "**กูอยากพักเร็วพักช้าไม่ผิดกระบาลใครหรอก กูอยากนั่งอยู่ตลอดคืนมันจะผิดใคร จะมากวนกูทำไม**" ต้องตัดมันไว้อย่างนี้ เราก็นั่งเรื่อยไปตามเรื่องของเรา วางใจสบายก็เลยสงบ เป็นเหตุให้เข้าใจว่า อ้อ..ด้วยอำนาจอุปาทาน ความยึดหมายนี้สำคัญมากจริง ๆ เมื่อเรานั่งไป ๆ นานต่อนาน เลยเที่ยงคืน ค่อนคืนไปก็เลยนั่งสบายมันก็ถูกวิธี จึงรู้ว่า อ้อ..ความยึดมั่นถือมั่น มันเป็นกิเลสจริง ๆ เพราะวางจิตไม่ถูก บางคนนั้นเวลานั่งจุดธูปไว้ข้างหน้าคิดว่า "มึงละธูปดอกนี้ไหม้หมดจึงจะหยุด" แล้วนั่งต่อไป พอนั่งได้ ๕ นาทีดูเหมือนนานตั้งชั่วโมง แล้วลืมตามองดูธูป แมยังยาวเหลือเกิน หลับตานั่งต่อไปอีก แล้วลืมตาดูธูปอีก ไม่ได้เรื่องอะไรเลย อย่า...อย่าไปทำ มันเหมือนกับลิงนี่ จิตเลยไม่ต้องทำอะไร นึกถึง

แต่ธูปที่ปักไว้ข้างหน้าว่า จวนจะไหม้หมดหรือยังหนอ นี่มันเป็นอย่างนี้ เราอย่าไปหมายมันกิเลสตัณหานี่ เราอย่าให้มันรู้เงื่อนรู้ปลายได้ ถ้าเราทำ "ท่านจะเอาอย่างไร" มันมาถามเรา "จะเอาขนาดไหนจะเอาประมาณเท่าไร ดึกเท่าไร" มันมาทำให้เราตกลงกับมัน ถ้าเราไม่ว่าจะเอาสักสองยาม มันจะเล่นงานเราทันที นั่งไปยังไม่ถึงชั่วโมงต้องร้อนรนออกจากสมาธิ แล้วก็เกิดนิวรณ์ว่า **"แม..มันจะตายหรือยังไง..น๊า..ว่าจะเอาให้มันแน่มันก็ไม่แน่นอน ตั้งสัจจะไว้ก็ไม่ได้ดั่งตั้ง"** คิดทุกข์ใส่ตัวเอง ด่าตัวเอง พยาบาทตัวเอง ไม่มีคนพยาบาท ก็เป็นทุกข์อีกนั่นแหละ ถ้าได้อธิษฐานแล้วเอาให้มันรอดตาย หรือตายโน่น อย่าไปหยุดมัน มันจึงจะถูก นี่เราปล่อยมันค่อยทำค่อยไปเสียก่อน ไม่ต้องอธิษฐาน เราพยายามฝึกหัดไป บางครั้งจิตสงบความเจ็บปวดทางร่างกายก็หยุด

เรื่องปวดแข้งปวดขานี่มันหายไปเอง อีกอย่างหนึ่งการปฏิบัตินั้นเราเห็นอะไรก็ให้พิจารณา ทำอะไรก็ให้พิจารณาทุกอย่างอย่าทิ้งเรื่องภาวนา บางคนพอออกจากทำความเพียรแล้ว ว่าตัวหยุดแล้ว พักแล้วเลยหยุดกำหนด หยุดพิจารณาเสียเราอย่าเอาอย่างนั้น เห็นอะไรให้พิจารณา เห็นคนดีคนชั่ว คนใหญ่ คนร่ำคนรวย คนยากคนจน เห็นคนเฒ่าคนแก่ เห็นเด็กเห็นเล็ก เห็นคนน้อยคนหนุ่ม ให้พิจารณาไปทุกอย่าง นี่เรื่องภาวนาของเรา การพิจารณาเข้าหาธรรมะนั้น ให้เราพิจารณาดูอาการเหตุผลต่าง ๆ นานามันน้อยใหญ่ ดำขาวดีชั่ว ทุกอย่างนั้นแหละอารมณ์ ถ้ามัน

คิดเรียกว่ามันคิด แล้วพิจารณาว่า มันก็เท่านั้นแหละ สิ่งเหล่านี้ตกอยู่ในอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อย่าไปยึดมั่นถือมั่นเลย นี่แหละป่าช้าของมัน ทิ้งมันลงใส่ตรงนี้เป็นความจริงเรื่องการเห็นอนิจจังเป็นต้นนี้ คือ เรื่องไม่ให้เราทุกข์ เป็นเรื่องพิจารณา เช่น เรื่องเราได้ของดีมาก็ดีใจ ให้พิจารณาความดีใจไว้ บางทีเราใช้มันไปนาน ๆ เกิดไม่ชอบมันก็มี อยากเอาให้คนหรืออยากให้คนมาซื้อเอาไป ถ้าไม่มีใครมาซื้อก็อยากจะทิ้งไปนี่ เพราะเหตุไรจึงเป็นอย่างนี้ มันเป็นอนิจจังมันจึงเป็นอย่างนี้ ถ้าไม่ได้ขายไม่ได้ทิ้งมันก็เกิดทุกข์ขึ้นมา อ้อ...เรื่องนี้มันเป็นอย่างนี้เอง พอรู้จักเรื่องเดียวเท่านั้นจะมีอีกเรื่องก็ชั่งมัน มันเป็นอย่างนี้หมด เรียกว่า เห็นอันเดียวก็เห็นหมด บางทีรูปนี้หรือเสียงนี้ไม่ชอบมัน ไม่น่าฟัง ไม่พอใจมันก็ให้เราพิจารณาจำไว้ ต่อไปเราอาจจะชอบ อาจจะพอใจในของที่เราไม่ชอบเมื่อก่อนนี้ก็มี นี่มันเป็นได้ เมื่อนึกรู้ชัดว่า “อ้อ..สิ่งเหล่านี้ก็เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา” ทิ้งลงใส่นี่แหละก็เลยไม่เกิดความยึดมั่นในสิ่งที่ได้ดีมีเป็นต่าง ๆ เห็นเป็นอย่างเดียวกัน มันเป็นธรรมะเกิดขึ้นเท่านั้น เรื่องที่พูดมานี้พูดไปให้คนฟังเฉย ๆ เมื่อมาหาก็พูดให้ฟัง เรื่องเหล่านี้ไม่ใช่เรื่องพูดมากอะไร ลงมือทำเลย เช่นเรียกกันถามกันชวนกันไปว่า ไปไหม..ไป ไปก็ไปเลย พอดีเมื่อลงนั่งสมาธิ ถ้าเกิดนิมิตต่าง ๆ เช่น เห็นนางฟ้า เป็นต้น เมื่อเห็นอย่างนั้นให้เราดูเราเสียก่อน เมื่อจิตมันเป็นอย่างไร อย่าทิ้งหลักนี้จิตต้องสงบมันจึงเป็นอย่างนั้นนิมิตที่มันเกิดขึ้นอย่าอยากให้มันเกิด

อย่าไม่อยากให้มันเกิด มันมาก็พิจารณามัน พิจารณามันแล้วอย่าหลงมัน ให้นึกว่ามันไม่ใช่ของเรา นี่ก็เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาเช่นกัน ถึงมันจะเป็นอยู่ก็อย่าเอาใจใส่มัน เมื่อมันยังไม่หาย ตั้งจิตใหม่ กำหนดลมหายใจมาก ๆ สูดลมเข้ายาว ๆ หายใจออกยาว ๆ อย่างน้อย ๓ ครั้งก็ตัดได้ ตั้งกำหนดใหม่เรื่อยไป สิ่งเหล่านี้อย่าว่าเป็นของเรา สิ่งเหล่านี้เป็นเพียงนิมิต คือ ของหลอกลวง ๑ มันให้เราชอบ ๒ มันให้เรารัก ๓ มันให้เรากลัว นิมิตเป็นของหลอกลวงใจเรา มันไม่แน่ไม่นอน ถ้าเห็นแล้วอย่าไปหมายมันไม่ใช่ของเรา อย่าวิ่งตามนิมิตเห็นนิมิตให้ดูนี่เลย อย่าทิ้งนี่หลักเดิมของมัน ถ้าทิ้งตรงนี้ไปวิ่งตามมัน พูดลืมตัวเองเป็นบ้าไปได้ไม่กลับมาพูดกับเรา เพราะหนีจากคอกมันแล้ว ให้เชื่อตัวเองแน่นอน เห็นอะไรก็ตาม ดูจิตตัวเอง ถ้านิมิตเกิดขึ้นมา มันต้องสงบลงมันจึงเป็น ถ้าเป็นมาให้เข้าใจว่าสิ่งเหล่านี้มิใช่ของเรา และนิมิตนี้ให้ประโยชน์ แก่คนมีปัญญา ให้โทษแก่คนไม่มีปัญญา ทำความเพียรไปจนเราไม่ตื่นเต้นในนิมิต มันอยากเกิดก็เกิด ไม่เกิดก็ไม่เกิด ไม่กลัวมัน เชื่อใจได้อย่างนี้ไม่เป็นไร ทีแรกเราตื่นนิมิตก็อยากดูความดีใจเกิดขึ้นมาอย่างนี้ก็หลง ไม่อยากให้มันดีใจมันก็ดีไม่รู้จะทำอย่างไร ปฏิบัตินี่ นี่ก็เป็นทุกข์ มันอยากดีใจก็ช่างมัน ให้เรารู้อาการนั่นเองว่า ความดีใจนี้ก็ผิด ไม่แน่นอนเช่นกัน แก้มันอย่างนี้ อย่าแก้ว่า "ไม่อยากให้มันดีใจ มันทำไมจึงดีใจ" นี่มันผิดอยู่นะมันผิดอยู่กับของเหล่านี้ ไม่ใช่ผิดอยู่ไกล ยิ่งผิดอยู่ใกล้ไม่ได้ผิดอยู่ไกลหรอก อย่ากลัวนิมิต ไม่ต้องกลัวมัน เรื่องภาวนานี้

พอพูดให้ฟังได้เพราะเคยทำมา ไม่รู้ว่าจะถูกหรือไม่นะ...ให้เอาไปพิจารณาเอาเอง..เอ้า..พอสมควรละนะ

อันกุญแจ ภาวนา นั้นน่ารู้
ช่วยเป็นครู สอนใจ ให้คุณค่า
หากหลงทาง เข้าไม่ถูก ทวารา
ใช้กุญแจ ภาวนา เปิดเข้าไป
เราเข้าบ้าน เข้าช่อง เข้าห้องหับ
จะต้องจับ ลูกกุญแจ มาแหย่ไข
เปิดเข้านอน พักผ่อน ทั้งกายใจ
เพราะเราได้ กุญแจดี มีประจำ
การปฏิบัติ ทำเพียร ให้ตรงแน่
ใช้กุญแจ เปิดเข้า ทุกเช้าค่ำ
จนถึงห้อง แดนสงบ พบยอดธรรม
อยู่ประจำ สันติสุข ทุกคนเอย...

เขมจิตฺต ภิกขุ

ภาคผนวก

ระเบียบการจัดการศาสนสมบัติ
อันเป็นมรดกธรรมของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

ระเบียบการจัดการศาสนสมบัติ
อันเป็นมรดกธรรมของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

เนื่องจาก พระเดชพระคุณพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ประสงค์ที่จะเผยแผ่พระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อเป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติธรรมแก่สาธุชนทั่วไป และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งกับการสร้างรูปเหมือน รูปหล่อ และเหรียญของพระเดชพระคุณท่านฯ อันจะเป็นการทำให้เกิดความลุ่มหลง และศรัทธาอันเป็นมิจฉาทิฏฐิ

เพื่อให้เป็นไปตามเจตนารมณ์ของพระเดชพระคุณพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) เจ้าอธิการเลี่ยม ฐิตธมฺโม ในนามคณะสงฆ์วัดหนองป่าพงและสาขา จึงได้แต่งตั้งคณะกรรมการฯ ขึ้นชุดหนึ่ง เพื่อวางระเบียบการจัดการศาสนสมบัติ อันเป็นมรดกธรรมของพระเดชพระคุณพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ซึ่งต่อไปนี้จะเรียกว่า “คณะกรรมการฯ” ที่ประชุมคณะกรรมการฯ ได้มีมติวางระเบียบการจัดการเรื่องดังกล่าวไว้ดังนี้

๑. รูปเหรียญ รูปพิมพ์ รูปอื่นๆ หรือวัตถุมงคลใดๆ ที่ทำขึ้นเพื่อให้มีลักษณะเหมือนหรือใช้เป็นสัญลักษณ์แทน หรืออ้างถึงพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ห้ามจัดทำขึ้นโดยเด็ดขาด

๒. รูปหล่อ รูปปั้น รูปแกะสลัก หรือรูปอื่นใดทำนองเดียวกันนี้ ที่เหมือนองค์จริงหรืออ้างถึงพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ให้ทำได้เฉพาะวัดสาขา และตั้งประดิษฐานไว้ที่วัดสาขาเท่านั้น ในกรณีอื่นๆ ห้ามจัดทำขึ้น เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ เป็นกรณีไป โดยในการขออนุญาตจะต้องทำเป็นหนังสือระบุขนาด จำนวน และสถานที่ประดิษฐานไว้อย่างชัดเจน

๓. ภาพถ่ายของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) รูปภาพ ภาพดัดแปลง แผ่นภาพ ซึ่งจัดทำโดยวิธีอื่นใด ให้มีลักษณะเป็นภาพพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ตลอดจนสำเนา ซึ่งภาพดังกล่าวจะทำขึ้นใหม่ต้องได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ เว้นแต่จะจัดทำขึ้นเป็นจำนวนเล็กน้อยเพื่อบูชาเป็นส่วนตัว มิได้แจกจ่ายต่อสาธารณะ

๔. คำสอนหรือคำเทศนาของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ที่บันทึกไว้ในรูปของวิดีโอเทป ภาพยนตร์ เทปคาสเซท ซีดี หรืออุปกรณ์อย่างอื่น ทำนองเดียวกัน ห้ามทำซ้ำ ทำขึ้นใหม่ หรือแปลเป็นภาษาอื่น หรือดัดแปลงไม่ว่าด้วยวิธีใดๆ เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ เป็นกรณีไป โดยการอนุญาตต้องกำหนดจำนวนและอุปกรณ์ที่ใช้ ตลอดจนวิธีการทำเผยแผ่อย่างชัดเจน

๕. หนังสือคำสอนของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทโท) ห้ามจัดทำขึ้นใหม่ หรือทำสำเนาขึ้นใหม่ ทำซ้ำ หรือแปลเป็นภาษาอื่น (ต้นฉบับเป็นภาษาไทย) หรือดัดแปลงไม่ว่าด้วยวิธีใดๆ เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ ทั้งนี้ไม่ว่าทั้งหมดหรือบางส่วน

การสรุปข้อความจากหนังสือ หรือดัดแปลง ตัดต่อข้อความบางส่วนของหนังสือจะกระทำมิได้โดยเด็ดขาด

๖. การเผยแผ่ธรรมะหรือคำสอนของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทโท) โดยใช้เทคโนโลยีอื่นๆ เช่น อินเทอร์เน็ต เป็นต้น จะกระทำมิได้ เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ

๗. เมื่อได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ ให้จัดทำขึ้นใหม่ ทำซ้ำ ทำสำเนา หรือเผยแผ่มรดกธรรมตามข้อ ๒-๖ ผู้จัดทำจะต้องนำคำขออนุญาต และคำอนุญาตจากคณะกรรมการฯ ใส่ไว้ในมรดกธรรมที่เกิดขึ้นใหม่ด้วย สำหรับมรดกธรรมที่ผู้ได้รับอนุญาตให้จัดทำขึ้น หากเป็นหนังสือ เอกสาร หรือโดยใช้เทคโนโลยีอื่นใดที่ใช้สำหรับอ่าน ให้นำระเบียบนี้ใส่ไว้เป็นส่วนหนึ่งของมรดกธรรมที่เกิดขึ้นใหม่ด้วย ทั้งนี้ให้ขึ้นอยู่กับการพิจารณาความเหมาะสมของคณะกรรมการฯ ด้วย

๘. หากผู้ใดกระทำการฝ่าฝืนระเบียบนี้ตามข้อ ๑-๗ ที่เกิดขึ้นก่อนวันที่ออกระเบียบนี้หรือที่จะเกิดขึ้นในกาลข้างหน้า ให้พิจารณาแก้ปัญหาดังนี้

๘.๑ ธรรมะหรือคำสอนที่แปลเป็นภาษาอื่นแล้วก่อนออกระเบียบนี้ ให้รวบรวมและนำมาตรวจสอบความถูกต้องในการแปล หากพบความผิดพลาด ต้องแก้ไข ให้เรียกผู้แปล และผู้จัดทำมารับทราบและดำเนินการ หากไม่สามารถดำเนินการให้เรียบร้อยได้โดยดี ให้ดำเนินการตามข้อ ๘.๒

๘.๒ การจัดการกับการฝ่าฝืนตาม ข้อ ๑-๗ รวมทั้งกรณีอื่นๆ ให้คณะกรรมการฯ พิจารณาเป็นกรณีไป โดยพิจารณาถึงเจตนาผู้กระทำ ตลอดจนการให้ความร่วมมือในการแก้ปัญหาของผู้กระทำ หากมีความจำเป็นให้คณะกรรมการฯ มีอำนาจแต่งตั้งบุคคลหรือคณะบุคคล เพื่อดำเนินการกับผู้กระทำการละเมิดทั้งทางแพ่งและอาญา หรือดำเนินการอื่นใดตามที่คณะกรรมการฯ มอบหมาย โดยยึดหลักประนีประนอมเพื่อดำรงไว้ซึ่งเจตนารมณ์และชื่อเสียงเกียรติคุณของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) และวัดหนองป่าพงและสาขาเป็นสำคัญ

๙. การมอบหมายให้บุคคล หรือคณะบุคคล ดำเนินการตามข้อ ๘.๒ คณะกรรมการฯ จะต้องกำหนดหลักเกณฑ์ และขอบเขตในการดำเนินการให้แก่ผู้รับมอบหมาย และหากทำได้ให้กำหนดระยะเวลาในการดำเนินการ และรายงานสรุปผลต่อคณะกรรมการฯ ด้วย

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพงเป็นผู้รักษาการตามระเบียบการนี้ และมีอำนาจให้คำอนุญาตได้ในกรณีที่เห็นสมควร

ระเบียบนี้ออกเมื่อวันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๔๓

ลงชื่อ เจ้าอธิการ เลี่ยม ฐิตธมฺโม

(เจ้าอธิการเลี่ยม ฐิตธมฺโม)

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง

ศูนย์เผยแผ่มรดกธรรม

พระโพธิญาณเถร (หลวงปู่ชา สุภทฺโท)

www.ajahn-chah.org

www.watnongpahpong.org

Email:dhamma@ajahn-chah.org

❐ วัดหนองป่าพง ต.โนนผึ้ง อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี ๓๔๑๙๐

โทรศัพท์ ๐-๔๕๓๒-๒๗๒๙, ๐-๔๕๒๖-๗๕๖๓

โทรสาร ๐-๔๕๒๖-๗๕๖๓

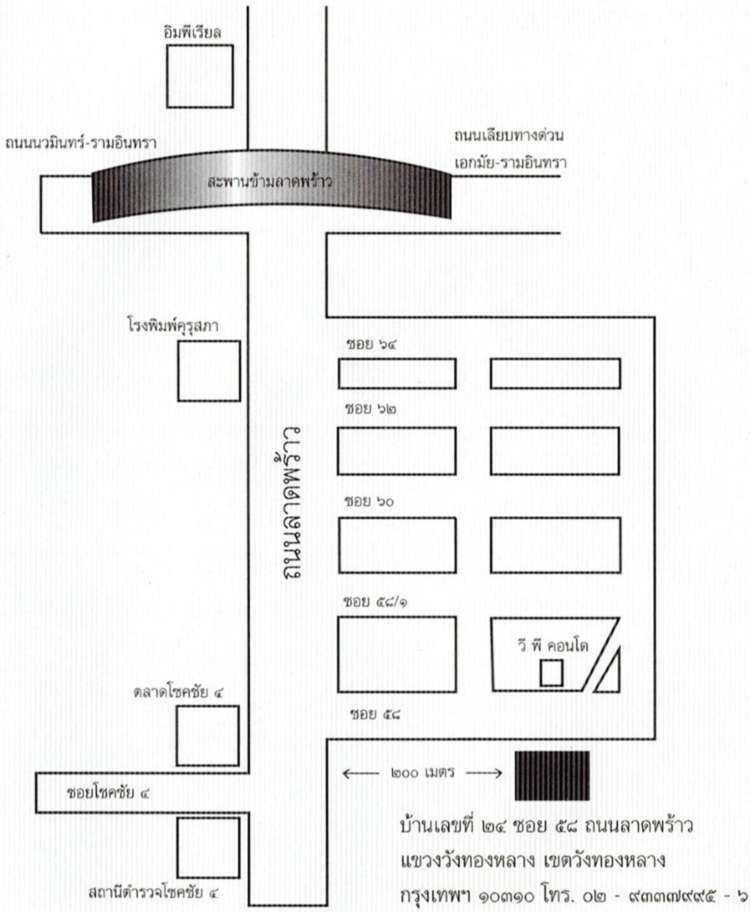
❐ เลขที่ ๒๔ ซ.ลาดพร้าว ๕๘ ถ.ลาดพร้าว แขวงวังทองหลาง

เขตวังทองหลาง กรุงเทพมหานคร ๑๐๓๑๐

โทรศัพท์ ๐-๒๙๓๓-๗๙๙๕-๖

โทรสาร ๐-๒๙๓๓-๗๙๙๖

สถานที่ติดต่อมรดกธรรม
พระโพธิญาณเถร (หลวงปู่ชา สุภทฺโท)



บ้านเลขที่ ๒๔ ซอย ๕๘ ถนนลาดพร้าว
แขวงวังทองหลาง เขตวังทองหลาง
กรุงเทพฯ ๑๐๓๑๐ โทร. ๐๒ - ๙๓๓๗๙๙๕ - ๖
โทรสาร ๐๒ - ๙๓๓๗๙๙๖
เวลาทำงาน พุธ - อาทิตย์
๐๙.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น.

เมื่อถูกอารมณ์ที่ไม่ชอบใจมากระทบ
มันก็เกิดเป็นอาการขึ้นกับใจเรา
เราติดมันไหม เราวางมันได้ไหม
อาการที่ไม่ชอบใจนั้นเกิดขึ้นมา เรารู้แล้ว
ผู้รู้เอาความไม่ชอบไว้ในใจหรือเปล่า
หรือว่าเห็นแล้ววาง

ถ้าเห็นสิ่งที่ไม่ชอบใจแล้วยังเอาไว้ในใจของเรา
ให้เรียนใหม่
เพราะยังผิดอยู่ ยังไม่ยิ่ง
ถ้ามันยิ่งแล้วมันวาง ให้ดูอย่างนี้